بڕیار

له پێناو گه‌لێکی خاوەن بڕیاردا

سالّی نۆیەم

ئەیلولی ٢٠١٦

یەکەمین گۆڤاری کارگێڕیو گەشەپێدانی مرۆیی لە کوردستاندا

99

مانگانەیەکی تایبەتە بە کارگێڕیو گەشەپێدانی مرۆیی



جەژنی قوربان لە شاکارێکی مەولەوی دا!!

ئایندەی نادیاری منداڵەکانمان!

مووچەی مامۆستایان لە جیهاندا!

چەتری ژیان

هێزی زمان!

ئەو خواردنانەی دەبنە هۆی شێرپەنجە!



هەموو عالەم بە دیدارێکی تۆ قوربانی ئەبرۆتن

(وەفایی)

مەگەر تاقی برۆت قوربان، هیلالی عیدی قوربانە

جەژنی قوربان لە هەموو خۆشەویستان

پیرۆزبێت

خاوەنی ئیمتیاز

د. مەسعوود تـاهیر ڕۆژبەیانی

سەرنووسەر

د. عادل محەممەد شێخانی

sarnosar@yahoo.com

بەڕێوەبەری نووسین

بەرزان ئەبوبەکر

No: 99

ئەیلولی

2016

دیزاین

پشتیوان عبدالرحمن

دەستەی نووسەران

ئەسکەندەر ڕەحیم

بێگـەرد فــارس

زاهـیـر زانـا

محەممەد مێرگەیی

محەممەد هاشم

وەهـاب حەسـیب

یەحیـا محەممەد

تایپ

کەلسووم جەلال

ناونیشانی گۆڤار

سلێمانی: گەڕەکی باخان- شەقامی بۆتان- خانووی ژمارە ٧٤

تەنیشت باخچەی بەکر صدقی، بەرامبەر کینگ سپۆرت

٠٧٤٨٠١١٣٧٨٧ - ٠٧٧٠٢١٧٨٦٨٢

هەولێر: ٠٧٥٠٤٤٦٣٢٣٠

ڕاوێژکاری یاسایی

پارێزەر: ئازاد محێدین

bryarmagazine

bryarmagazin@gmail.com

bryarmagazine

چاپ: پیرەمێرد

دابەشکردن: پەیك/ 07708649210

نرخ: 2500 دینار



بڕیار

مانگانەیەکی تایبەتە بە کارگێڕیو گەشەپێدانی مرۆیی

سالّی نۆیەم - ژمارە 99 -ئەیلولی 2016



کارگێڕیو بازاڕسازی

ئایندەی نادیاری منداڵەکانمان

لە هەندێك وڵاتی ئەوروپی، کاتێك منداڵان دەچنە پۆلی یەکی سەرەتایی، بە گەشتێك دەیانبەنە بانکی مەرکەزی وڵاتو لەپشت دیوارێکی شووشەوە، یەدەکی وڵاتەکەیان لە پارەو ئاڵتوونو دراوی مۆڵ، کە ئێمە پێیەژین پارەی خەوتوو، پیشان دەدەن!

پێشیان دەڵێن: دڵنیا بن، دەوڵەت هەموو پێداویستی ژیانو خوێندنی بۆ ئامادەکردوون، ئێوە تەنها بخوێننو خەمی هیچی دیتان نەبێت!

ئەوەش کە دەیبینن، پارەیەکی دانراوە، بۆ دابینکردنی داهاتووی ئێوە، کەس دەستی لێ نادات!

دەکرێت لێرەدا بپرسین: منداڵانی ئێمە لە کوێی ئەم هاوکێشەیەدا، جێگایان دەبێتەوە!؟

نەوەی ئێستامانو باوکی نەوەی ئێستاش، ژیانی ئەمڕۆی بۆ دابینکراوە، تا باس لە ئایندەی بکەین؟!

ئەو مافانە چین، کە بە منداڵانی ئێمە بەخشراوە!؟

مافی خزمەتگوزاریی تەندروستی؟ خوێندنی مۆدێرن، خواردنو جلوبەرگی شیاو، یاریو وەرزش؟!

منداڵانی ئێمە، ناتوانن بێبەرامبەر یاریش بکەن، کە ئەمە ساناترین مافەکانی منداڵە!

لە هیچ شارێکی کوردستاندا، شارێکی یاری نییە کە منداڵان بتوانن بێبەرامبەر یاری تێدا بکەن، بەڵکو وڵات هەمووی پاوەن کراوە، تەنها ئەو کەسە دەتوانێت لێی سوودمەند بێت، کە پارەی لە باخەڵدایە! ئیدی منداڵێکی بابانییە، یاخود دانیشتووی زۆنگاوەکانی بەسرایە!

خۆ ئەگەر لە مووچەخۆرێك بپرسیت، بڕی ئەو پارەیە چەندە، کە تەرخان کراوە بۆ ژنو منداڵ لە تەواوی مووچەکەیدا، ئەوە شایانی بەخێوکردنی پشیلەیەکیش نییە لە هەفتەیەکدا نەك لە مانگێکدا!

خۆ ئەگەر بزانن لە وڵاتانی پێشکەوتوو، چی خزمەتگوزارییەك تەرخان کراوە؛ لە پارکی تایبەتو یاریگای تایبەتو تەنانەت خواردنگەو جێگای خاوێنکردنەوەو شۆرینی گیانداران! ئەوە باوەڕ بەچاوی خۆتان ناکەن! چونکە دەزانن کە ئێمە، لە هەموو مافێکی ژیان بێبەشین، کە بۆ گیاندارانو بوونەوەران دابینکراوە، نەك وەك مرۆڤ!!

هاوکات کە وەرزی گەڕانەوە بۆ قوتابخانەیە، لە هەموو وڵاتاندا لە ژێر درووشمی (Back to School) گەورەترین فیستیڤاڵ ساز دەکرێتو بەجلوبەرگی نوێو قەڵەمو دەفتەری جوانو قوتابخانەی پاكو خاوێنو خزمەتگوزاریو بەرنامەی جۆراو جۆرەوە، پێشوازی لە قوتابیان دەکرێت!

ئێمەش خەم دامان دەگرێت، کە بەچی خەرجیی قوتابیو خوێندکارەکانمان دابین بکەین!ئەگەر دەوام بکرێت!!

ئێمە لە سەرەتای هەشتاکاندا، نانی بەیانیمان لە قوتابخانە دەخوارد، کتێبو دەفتەرو قەڵەمو هەموو پێداویستییەکانمان بێبەرامبەر پێ دەدراو دەوامی ڕێکوپێكو بیناو تاقیگای جوانو نایابمان هەبوو، ئێستا دوای (٣٦) ساڵ بە بەیاننامەی بایکۆتی دەوامو هاواری مامۆستایانی ڕەشوڕووتو هەژارەوە، خۆمان بۆ ساڵی نوێی خوێندن ئامادە دەکەین.

پرۆسەی خوێندنیش کەمترین مەرجی خوێندنی ئەکادیمی جیهانی تێدا نەماوەو بە تەواوی فەرامۆش کراوە!

بەڕێزان: ئێمە تائێستا خاوەن سیستەم نین، ئەو شتانەی باسمان لێوە کرد، پێی یەژن سیستەمی خوێندن، حکومەتو پەرلەمان، سیستەم درووست ناکات، سیستەم جێبەجێ دەکات، ئێمە تائێستا هیچ جومگەیەکی ژیانمان سیستەمڕێژ نەکردووە، تا ئەمسەرو ئەوسەرمان لێ دیاربێت.

ترسناکترین هەڕەشەش، نەبوونی سیستەمێکە بۆ دیاریکردنی ئەمڕۆو ئایندەی نەوەکانمان؛ چونکە فەرامۆشکردنی منداڵانو لاوان. واتە: فەرامۆشکردنی ژیانو مرۆڤ!

فەرامۆشکردنی ڕۆحو هەناسەی نیشتمان!!



کارگێڕی بە گوفتار

کارکردن.. سەرچاوەی بەختەوەریی‌و
لوتکەی هەموو تام‌و چێژێکە!

ڤۆلتێر

کارکردن بەرگری جەستەمان زیاد دەکات،
دژی ئازارو نەخۆشی.

شیشرون

برسێتی، چاودێری ماڵی پیشەوەرەکان دەکات،
بەڵام پردێك نادۆزێتەوە بۆئەوەی بڕواتە: ژوورەوە!

بنجامین فرانکلین

درەخت بە بەروبوومەکەیدا دەناسرێتەوە.

رودیارد کیبلینگ

ڕێوییەکی گەڕیدە، باشترە لە شێرێکی نووستوو!

پەندی کوردی

پیاوەکـــە، خێزانەکەی خۆی بینی، زۆر شــەکەتو ماندووە.. کاتێك پرسیاری هۆکارەکەی لێ کرد، لە وەڵامدا گوتی: چاودێریی بەردەوامــی منداڵــەکان، هــۆکاری بێــزاریو ماندووبوونمە. ئەم منداڵانــە، هیــچ کارێك ناکەن، گــەر خۆم چاوم لێیــان نەبێتو هەمــوو جووڵەیەکــی وردو درشــتیان نەخەمە ژێــر ئاگاداریی خۆمەوە، هەرچەندە سادەو ساکاریش بێت!

بۆ نموونە: ئەوان هەڵناســن بــۆ قوتابخانە؛ تا چەندین جار هەڵیان نەســێنمو خەبەریان نەکەمەوە.. نانی بەیانی ناخۆن، تا زۆریان لێ نەکەمو بە دەســتی خۆم بۆیان ئامادە نەکەمو نەیکەم بە دەمیانەوە!

تا وام لێ هاتووە، تووشی ژانەسەرو قەلەقیو خەمۆکی بوومو ناتوانم بەئاســوودەیی بخەوم؛ لە ترسی ئەوەی، نەبادا یەکێکیان شتێکی بیر بچێت!

هاوســەرەکەی بڕیــاری دا، ئێوارەیــەك هەمــوو ئەندامانــی خێزانەکەی کۆ بکاتەوە!

ســەرەتای کۆبوونەوەکە، بــە منداڵەکانی گوت: من کۆمەڵێك پرسیارتان لێ دەکەمو داواشتان لێ دەکەم، هەر کەسە بەڕاستگۆییو بەپێی توانای خۆشی وەڵام بداتەوە!

منداڵەکان هاواریان کرد، بەسەرچاو، بابەگیان!

باوکەکە پرســیاری کرد: کێ لە ئێوە دەتوانێت بە کاتژمێری بەئاگاهێــن، لەخەو ڕابێ، بێئــەوەی چاوەڕوانی ئەوە بێت، دایکی خەبەری بکاتەوە؟! هەموویان دەستیان بەرز کردەوە!

پرسی: کێ لە ئێوە دەتوانێت، جلەکانی ئامادە بکاتو لەبەری بکات، بێ یارمەتیی دایکی؟

جارێکی دی، هەموویان دەستیان بەرز کردەوە!

پرســی: کێ لە ئێــوە دەتوانێت، نانی بەیانــی بخوات، پێش ئەوەی بچێت بۆ قوتابخانە؟

بۆ جاری سێیەم، هەموویان دەستیان بەرز کردەوە!

دواتر پرســیاری لێ کردن: کێ دەتوانێت، هەموو ئەم کارانە، لە کاتێکی گونجاودا ئەنجام بدات؛ بۆئەوەی بتوانێت، بێیارمەتیی کەس، بەرەو قوتابخانە بڕوات؟!

دیسان هەموویان دەستیان بڵند کرد!

دواتر پیاوەکە، ڕووی کردە خێزانەکەیو پێی گوت: بینیت؟! هەموویــان دەتوانن ئەو کارانە ئەنجام بدەن، بێئەوەی ناچار بیت، بەفیڕۆ خۆت ماندوو بکەیتو زیادەڕەوی لە چاودێریکردنیان بکەیت.

لێیــان گەڕێ؛ با خۆیان ئەو کارانە ئەنجــام بدەن، لەوانەیە لــە کاتی ئەنجامدانی کارەکانیانــدا، هەڵەیەك بکەن، بەڵام ئەمە دەیانکاتە مرۆڤێکی ئەرێنیو خۆشــحاڵ دەبن بە پشتبەســتن بە خۆیان!

گرفتی سەرەکی ئەوەیە، کە تۆ متمانەیان پێ ناکەیت، زیاد لە پێویست لێیان دەترسیو نیگەرانیانی، ئەمەش هۆکاری سەرەکیی ماندووبوونو سەرئێشەو نیگەرانیتە بە درێژایی ڕۆژ!!

لەم چیرۆکەوە فێر دەبین:

١. زۆرجار ســەرنەکەوتنمان لە پرۆســە پەروەدەییەکانماندا، بەهۆی ئەو شێوازە هەڵانەوەیە، کە گرتوومانەتە بەر.

٢. زۆرجار بۆ چەندین ساڵ، دەق بە شێوازێکەوە دەگرین، بۆ بەڕێوەبردنــی کاروباری ماڵو منداڵ؛ بێ ئەوەی ســەرنج بدەینە گونجاویو شیاویی ئەو شێوازە، یاخود هەڵسەنگاندنی، لە کاتێکدا بەچاوی خۆمان دەبینین، کە سەرکەوتوو نەبووین تێیدا.

٣. زیادەڕەویکــردن لە چاودێریو گرنگیــدان، نابێتە مایەی ســەرکەوتنو ڕێکوپێکــیو گورجوگۆڵیــی منداڵەکانمــان، بەڵکو بەپێچەوانەوە، فێری خەمساردیو لاوازیو پشتبەستن بە کەسانی دییان دەکات.

٤. هەرکەســێك متمانەی بە کەســانی تر نەبەخشێت، هەرگیز ناتوانێت، بە شایستەی متمانە پێنەبوونیان بزانێت لە هیچ کاتێکدا.

٥. ئەنجامدانی هەموو کارو ئەرکی منداڵان، لەلایەن دایکەوە، وایان لێ دەکات، کە لە هەمووشتێکدا پشت بەو ببەستنو هەرگیز نەتوانن بە تەنها کارەکانیان ئەنجام بدەن.

٦. با منداڵەکانمان هان بدەین، خۆیان بەرپرســیارێتی ژیانی خۆیــان هەڵگرن، دەتوانین هاوکارییان بکەین، بەڵام نەك هەموو جڵەوی کاروباریان بگرینە ئەستۆ..

چاودێریی بێسنوور، مایەی لاوازییە!

کارگێڕی بە چیرۆک



تەنها بۆ یاسا سەرکردەکان

ولیام بت

له هەر شوێنێك یاسا نەما، ستەمو زۆرداری زۆر دەبێت!

جۆرج واشنتۆن

ئێمە دەمانەوێت، دەوڵەتی یاسایی دابمەزرێنین، نەك دەوڵەتی کەسەکان.

پەندێکی عەرەبی

ئەو کەسەی ئەمڕۆ، لەبەر بەرژەوەندیی خۆی، یاسا پێشێل بکات، سبەی بۆ تێکدانو وێرانکردنی ماڵی خۆشی پێشێلی دەکات.

بوبلیلیوس سیروس

گەل بەهێزو سەربەرز دەبێت، ئەگەر بۆ جێبەجێکردنی یاساکان هێزێك هەبوو!

بوزانیاس

پێویستە یاسا دەسەڵاتی بەسەر مرۆڤەکاندا هەبێت، نەك مرۆڤەکان دەسەڵاتیان بەسەر یاسادا هەبێت.



خەسخەسە

وەهاب حەسیب محەممەد
بینگۆل/ تورکیا

ئەگەر بەشێوەیەکی ئابووریانە، گوزارشت لە دەستەواژەی خەسخەسە بکەین، واتا گواستنەوەی موڵكو ماڵی گشتی (دەوڵەت) بۆ کەرتی تایبەت، یان پشتگیریکردنی موڵكو ماڵی دەوڵەت لەلایەن کەرتی تایبەتەوە.

بە گشتی خەسخەسە دوو شێواز لە خۆدەگرێت:

یەکەم: فرۆشتنی ماڵی دەوڵەت بە کەرتی تایبەت وەك کەرتی پیشەسازی.

دووەم: دابینکردنی خزمەتگوزاریی حکوومەت، بۆ کەرتی گشتیو ڕادەستکردنی ئەو ئەرکەو سپاردنی بە کەرتی تایبەت.

لە ئێستادا بەشبەشکردنی ئەرکەکانی حکوومەت، لە نێوان کەرتی گشتیو تایبەتدا، بووە بە دیاردەیەکی جیهانی، بەڵام وەك مێژوو بریتییە لە پاککردنەوەی شەقامەکانی شاری (نیووۆرك) لە لایەن کەرتی تایبەتەوە، کە پێشتر ئەو ئەرکە لە ئەستۆی حکوومەتدا بوو، ئەو کارە لە ساڵی (١٧٧٦)دا جێبەجێ کرا.

بەڵام هەرچی خەسخەسەیە وەك پلانێکی ئابووری، یان هۆکارێك لە گۆڕینی بەرنامەڕێژیی ئابووری وڵاتاندا، لە حەفتاکانی سەدەی ڕابوردووەوە سەری هەڵدا. کاتێك دەستەواژەکە ئاماژەی ڕامیاری بە بەردا بڕا، کارەکە پەیوەست کرا بە گۆڕینی لایەنی ئابووریو کۆمەڵایەتیی ئەو وڵاتانەی پەیڕەوەی سیستەمی ناوەندییان دەکرد.

چونکە ئامانجی خەسخەسە هاوکاریو کارئاسانی بوو بۆ ئابووری وڵاتە تازەپێگەیشتووەکان لە لکاندنی ئابووری ئەو وڵاتانە بە ئابووری جیهانییەوە.

هەروەها دارِشتنەوەی پەیکەری ئابووریی ئەو وڵاتانەیە، بە شێوەك لەتەك ئابووریی ئازاددا هەڵبکات. بەشێوەیەك هەریەك لە سندووقو بانکی نێودەوڵەتی، خەسخەسەیان کرد بە مەرج بۆ یارمەتیدانی ئابووری وڵاتە تازەپێگەیشتوەکان، کە سیستەمی مەرکەزیو گەندەڵی دایتەپاندبوون.

ئاڕاستەکانی خەسخەسە لە وڵاتە تازە پێگەیشتووەکاندا:

ئاڕاستەیەك لە نێو وڵاتە تازە پێگەیشتوو پێشکەوتووەکاندا سەری هەڵدا، کە بەشبەشکردنی کارەکانی حکوومەتیان بە ڕەگەزێکی گرنگ دەبینی لە گۆڕانکاری لە بواری ئابووریدا. ئەو وڵاتانەی کە خاوەن ئابووریی بەهێزن دەستیان دایە بەشبەشکردنی کارەکانی دەوڵەت، وەك وڵاتانی یابان، بەریتانیا، هەروەها ئەوانی کە ئابوورییەکەیان لە ئاستی وڵاتانی پێشوودا نەبوو، بە هەمان شێوە دەستیان بۆ خەسخەسە برد وەك نیوزلەنداو چیلی. بە پێی ڕاپۆرتی ڕێکخراوی (هاوکاری ئابووریو گەشەپێدان)، ڕۆژ لە دوای ڕۆژ حکوومەتەکانی دنیا، موڵكو ماڵی خۆیان دەفرۆشنە کەرتی تایبەت. لە (١٢٪) کۆی فرۆشراوەکانی حکوومەتەکانی دنیادا، پشکی وڵاتانی تازەپێگەیشتووە.

جیاوازی لە بە بەکارهێنانی ئامرازەکانی خەسخەسەدا:

لە ساڵی (١٩٨٢)دا وڵاتی مالیزیا، بەشێوەیەکی سەرکەوتووانە

خەسخەسەی تاقی کردەوە، دەستپێکی کارەکە لە کۆمپانیای هێڵی مالیزیو کۆنتێنەرەکانی بەندەری (کلانگ)بوو، پشکەکانی هێڵی مالیزیا خرانە ڕوو بۆ فرۆشتن، لە هەمانکاتدا دەست کرا بە تۆمارکردنی پشکی نوێ، هەرچی وێستگە، سەرمایە گەڕۆکەکان، وەك پشكو قەواڵەی بانك، ئامێرو ئامراز... هتد، دەستکرا بە فرۆشتنیان، سەرمایە جێگیرەکانیش بەکرێ دران، کارگێڕی کەرتی تایبەت بۆ دوو ساڵ بە گرێبەست کارەکەی لەئەستۆ گرت، دواتر پشکی هاولاتیانیش فرۆشرا." مەبەست لە پشکی کارمەندو وەبەرهێنەرە مالیزییەکانە"

تاقیکردنەوەی وڵاتی مالیزیا، بە یەکێك لە تاقیکردنەوە سەرکەوتووەکان ئەژمار دەکرێت؛ چونکی ئەو ئامرازانەی لە بەشبەشکردنی سەروەتو سامانی گشتییدا بەکارهێنران، بەوردی ڕەچاوکران، لەوانە پاکتاوکردنی (فرۆشتنی) سامانی دەوڵەت، فرۆشتنی پشکی هاوڵاتیان، وەبەرهێنەرە بچووکەکان.

ئەو کارەی لەم بوارەدا کەمترین پێداگری لەسەر کرا، ڕێکخستنەوەی کەرتی گشتیو لکاندنی بوو بە دەزگاو دامەزراوە گەورەکانەوە، یاخود پەیوەستکردنیان بە لایەنەکانی خەسخەسەوە، یان لە بەرچاوگرتنی باری دارایی دەزگا دەوڵەتییەکانو بارودۆخی ڕامیاریو ... هتد.

دۆزینەوەی ژینگەیەکی جێگیر لە بواری ئابووریدا

لە بواری کەرتی گشتیو تایبەتدا، پلانی ئابووری، گرنگییەکی تایبەتی هەیە، ئەگەر گۆڕانکارییەکان لە بارودۆخێکی ناجێگیرو هەڵئاوساندا بوو، مەحاڵە ئەو پلانە لە مەودایەکی دووردا هەلی سەرکەوتنی بۆ بڕەخسێت.

لێرەدا حکوومەت ڕۆڵی پێشەوا دەبینێت، تاقیکردنەوەکانی وڵاتی سریلانکا لە بواری دەستەی گەیاندنو بێتەلدا باشترین نموونەیە، سەرەتا حکوومەت ڕێکەوت لەسەر دانانی چوارچێوەیەکی گشتی کە قانوونو بەڕێوەبەرییەکی نوێی بۆ دەستە دیاری کرد، هاوکات ڕێگای نەدا، کەرتی تایبەت دەست لە کارەکان وەربدات، تا پاش ماوەیەك بارودۆخی دەستەی گەیاندنو بێتەلی ڕێکخست.

- دیاریکردنی بنەماکانی ئاڕاستەکردنی خەسخەسە بەشێوەیەکی ئاشکرا:

گرنگترین پەرچەکرداری خەسخەسە بریتییە لە: لەدەستدانی کاری کرێکاران، یان دانانی مەرجی گران لە لایەن بەڕێوەبەرێتیی نوێوە، لێرەدا حکوومەتەکان ڕۆڵی پێشەوا دەبینن، بۆ نموونە نابێت لە کاتی گۆڕانکارییەکاندا زیان بە کرێکاران بگەیەنرێت. باشترین نموونە تاقیکردنەوەی دەزگای فریتی بەریتانییە، کاتێك لە (٨٢٪) پشکەکانی فرۆشت بە کرێکارە کۆنو نوێیەکان.

مەترسی داشکاندنی قەرزی دەرەکی لەسەر موڵكو ماڵی دەوڵەت:

گۆڕانکاری لە بواریو سوودو قازانجو داهاتدا، کە بە زۆری دەچێتە گیرفانی سەرمایەدارە نوێیەکانەوە"بە تایبەت بێگانەکان" لە مەودایەکی مام ناوەنددا، کاریگەری لە سەر سوودو قازانجو میزانی مەدفوعات دادەنێت. ئەم کارانە لە مەودایەکی مامناوەنددا کاریگەرییان دەردەکەوێت، گەرچی لە مەودایەکی کورتدا، قورسایی کاریگەریی قەرزەکە کەم دەکاتەوە؛ لە میانەی هەڵوەشانەوەی سوودی قەرزەکانو ماوەی پێدانی قەرزەکانەوە کە دەکەوێتە سەر موڵكو ماڵی گشتی. دواتر سەرمایەگوزارە بیانییەکان لە داهاتی ناوخۆییدا پشکیان دەبێت، پشکەکان زیاددەکەن لە تەك گۆڕانکاریی قەرزەکان بۆ خاوەندارێتی، ئەم بارودۆخەش بەردەوام دەبێت، تا ئەو کاتەی پڕۆژەکان خاوەنەکانیان کەسانی بێگانە بن.

بوارڕەخساندن بۆ هەژموونی ئابووریی کۆمپانیا خاوەن پشکەکان، لە میانەی خاوەندارێتیی پرۆژە ناوخۆییەکاندا، زۆربەی کات ئەو کارانەش لە ڕێگای ئیمتیازاتو کەمکردنەوەی زیانەکان کە وڵات تێیدا زەرەرمەند دەبێت، وەك ئازادیی نرخوکرێ، جۆری ئەو تەکنەلۆژییەی بەکاریان دەهێنێت، بەخشینی گومرکو باج، ئەو کارانەش پێچەوانەی پلانەکانی نەتەوەییە.

دوورکەوتنەوە لە بڕیارە شرۆڤەنەکراوەکان:

کارێکی هەڵەیە ئەگەر موڵكو ماڵی حکوومەت بفرۆشرێت بەر لەوەی شرۆڤەیەکی تەواوی بڕیارەکانی بکرێت، زۆر کات بڕیارە ناتەواوەکان "ئەو بڕیارانەی بەپەلە، یان دوور لە ڕاوێژ دەردەکرێن" دەبنە هۆی فرۆشتنی موڵكو ماڵی گشتی، بە کەمتر لە نرخی ڕاستەقینەی بە کۆمەڵێك بەرپرسی باڵا، یان ئەوانەی لە حکوومەتەوە نزیکن، ئەو کارەش کرانەوەی دەرگای بەرتیلو گەندەڵییە.

هەنگاو بە هەنگاو هەڵبژاردن: بەشبەشکردنی بە هەنگاو، ئەنجامی باشی لێ دەکەوێتەوە، لە بەرانبەردا پەلەکردن گەلێك کەموکووڕی لێ دەکەوێتەوە لە بەدیهێنانی ئامانجەکانی خەسخەسەدا، وڵاتێکی وەك بەریتانیا، کە وەك نموونە لەم بوارەدا ناوی دەهێنرێت، کارەکانی هەڵبژاردنو هەنگاو بە هەنگاو بووە، لە بەرانبەردا فرۆشتنی موڵكو ماڵی گشتی، لە یەکێتیی سۆڤێتی جاراندا، بەشێوەیەك خێراو بەپەلە بووە، چاودێران پێیان وایە لە (٣-٤) کاژێردا کارەکە بەڕێ کراوە، لەو نێوەندەدا وڵاتی چینیش کارەکانی بە هەڵبژرادنو هەنگاو بە هەنگاو بووەو ئەنجامی باشی لێ کەوتووەتەوە.

ڕۆڵی خەسخەسە وەك پلانێك لە چاککردنی ئابووریدا:

نکوڵی ڕۆڵی خەسخەسە ناکرێت، ئەگەر مەرجەکانی سەرکەوتنی لەبەرچاو بگیرێت، بەتایبەت لەناهاوسەنگی داراییدا، ئەوە کارێکە زۆربەی وڵاتانی تازەپێشکەوتوو گرفتارین، ئامارەکان ژمارەی باشی خەسخەسەمان دەخەنە بەردەست، کە زۆرێك لە وڵاتان لە نێوان ساڵانی (١٩٩٠ بۆ ١٩٩٦) دەستیان کەوتووە، بە نموونە، بەرازیل ٢٢،٤ ملیار دۆلار، ئەرجەنتین ١٦،٣، تەنانەت ئەو وڵاتانەی ئابوورییەکی بچووکیشیان هەیە، بە هەمان شێوە توانیویانە سوود لە خەسخەسە وەربگرن، وەك بۆڵەندا ٣،٨، فلیپین ٣،٧ ملیار دۆلار.

کوردستانو خەسخەسە:

لە ئێستادا داهاتی حکوومەتی هەرێم، داهاتێکی کرێخۆرییە کە لە داهاتی نەوتدا ڕەنگی داوەتەوە، بەڵام بە هۆی مەرکەزیەتی حکوومەت، دەسوەردانی حیزب لە کاری حکوومەتدا، گەندەڵی بینافاقای حکوومەتی گرتووە، بۆیە چاودێرێك پێی وایە سیستەمی ئابووری لە کوردستاندا ناچێتە ژێر هیچ یەکێك لە تیۆرەکانی ئابوورییەوە، بەڵکو تایبەتمەندییەکی وەرگرتووە، کە ڕەنگدانەوەی بارودۆخی ئێستای هەرێمی کوردستانە.

ئێستاش دەکرێت زۆرێك لە کارەکانی حکوومەت ڕادەستی کەرتی تایبەت بکرێن، یان موڵكو ماڵی دەوڵەت بفرۆشرێت بە کەرتی تایبەت، وەك وەزارەتی ڕێگاو بان، کارە خزمەتگوزارییەکانی نەخۆشخانەکان، پاککردنەوەی شارەکانو کەرتی پەروەردەو ...هتد. بێگومان دەکرێت لەم ڕێگایەوە ئاسۆیەکی گەش لەو کارانەدا ببینرێتەوە، هەروەها داهاتێك بۆ حکوومەت دابین بکرێتو هەلی کاریش بۆ کەسانێکی زۆر دابین بکرێت.



چۆن دەبیت بە مامۆستا؟!

ڕەنگە ئاسان بێت، وەك بەڕێوەبەرێك بەرپرسیارێتیی ڕاهێنانی کارمەندەکانت لەبیر بکەیت؛ چونکە هەموو دەم سەرقاڵیت، مەلۆیەك نووسراو لە نووسینگەکەت کەڵەکە بووەو چەندان پەیوەندیو ئەرکت هەیە.. وێڕای ئەوەی کارمەندەکانیشت، تا ئەندازەیەك، شارەزاو شایستەن لە ئەنجامدانی ئەو کارەی پێیان سپێردراوە.. لە کاتێکیشدا کە مەشقو ڕاهێنان، هەم بەکەڵکی خۆت دێت، هەم بە کەڵکی کارمەندەکانیشت دێت، سا لەبەرچی دڵەخورپێتەو بۆی دادەچی؟!

وەلێ، مەگەر مایەی شەرەفمەندی نییە، کە هەموو دەزگاکە، یان کۆمپانیاکە ئەوە بزانن، کە تۆ ئەو کەسەی گەشە بە توانای ئیشکەران دەدەیتو ئەستێرەی کزی کارمەندان دەگەشێنیتەوە؟ ئەمەش وا دەکات سەرجەم هیوابەرزو بەهرەدارەکانی ناو دەزگاو دامەزراوەکە، حەز بکەن کار لەگەڵ تۆدا کار بکەن.

لەیادیشت نەچێت: خێرو چاکە هەموان دەگرێتەوە، شەڕو خراپەش یەخەگیری تەنها کەسێك دەبێت.

خۆت لە ژێر باری بەرپرسیارێتی مەدزەرەوە

ناکرێت هەر لەبەرئەوەی دەزگاو کۆمپانیاکەت، بەرنامەیەکی ڕەسمیی بۆ ڕاهێنانی کارمەندان داناوە، خۆت لە بەرپرسیارێتیی ڕاهێنانی کارمەندەکانت بێئاگا بکەیت؛ چونکە لە بەرنامە ڕەسمییەکاندا، ڕاهێنراوان هەندێك کارامەیی و تیۆر فێر دەبن، بەڵام بەکارخستنو هێنانە ناو مەیدانی ئەو تیۆرو کارامەییانە، کرۆکی بەرپرسیارێتیی تۆیە.

بەبێ جێبەجێکردنو پتەوکردنی ئەو کارامەییانە، ڕاهێنانو خولی فێربوون، بە هۆکاری بەفیڕۆدانی کات دادەنرێت.

ئەوە بزانە، کە زۆربەی خەڵکی، ئەوەی لە وانەیەك وەری دەگرن، یان لە تاقیکردنەوەیەکی زانستیدا دەیبینن، یەکسەر فێری نابنو سوودی لێ نابینن، بەڵکو پێویستە خۆیان کارەکە ئەنجام بدەن؛ تا هەڵە بکەنو ئەنجامەکان بە چاوی خۆیان ببینن، هەروەها بۆئەوەی لە کارامەییە پێویستەکاندا قووڵو قاڵ ببنەوەو دەستو پەنجەیان لەگەڵ کارەکەدا نەرم بکەنو کارەکە وەك هەویری نەرمو شلی لێ بێت لە بەردەستیانداو داهێنانی تێدا بکەن.

سوودەکانی ڕاهێنان

ڕاهێنانی ئامانجدارو پاكو پوخت، سوودی زۆرو چەندان ئەنجامی باشو خێرای دەبێت؛ چونکە:

* کارمەندانی ڕاهێنراو، بەرهەمی باشتر بەرهەم دەهێنن.

* ڕێژەی زۆرتری بەرهەمەکە، بەرهەم دەهێنن.

* پاشان کە هەست دەکەن ڕێزیان دەگیرێتو کارەکانیان دەنرخێنرێت؛ خۆشی دایان دەگرێتو سەراپای گیانیان لە خۆشیدا دەلەرێتەوە.

* خەڵکی دڵخۆشو بەختەوەریش زۆر نەخۆش ناکەون.. لەچاو ئەوەی بۆ کەسانی غەمبارو ڕەشبین دێتە پێش.

* هەروەها بەختەوەران، دەست لەکار ناکێشنەوەو پشتت تێ ناکەن.

کە بەئەنجامگەیاندنی کاریش، گەیشتە ئەم ئاستە بەرچاوە؛ کاتی گونجاوی دەبێت؛ تا بەرنامەڕێژیو پەرەپێدانی زیاتر ئەنجام بدەیت.

٨ نهێنی ملیاردێربوون

له فارسییەوە: زریان محمود

١- بیر له کەسانی سەرووی خۆت بکەرەوە: زۆرینەی خەڵك سەرکەوتنیان بۆ خۆیان دەوێت، نەك بۆ کەسانی تر. پێیان خۆشە هەموو خەڵاتەکان ببەنەوە، ناویان ببێتە سەردێڕی گۆڤارەکانی کاروبازرگانی، ملیۆنان دۆلار ببەنەوە. گەیشتن بە هەموو ئەمانە، شتێکی باشە، بەڵام پێویستە بزوێنەری بەرزترو گەورەتر لەمانە هەڵبژێریت. پێویستە بگەیت بەو دەرکەی کە ئامانجەکانت لێت گەورەترن. نیگەران مەبە؛ چونکە ئەم بیرکردنەوانە سەرکەوتنگەلی زیاترت بۆ فەراهەم دەکەن. پێشەوایەکی لەخۆبردوو، زیاتر سەرنجی گەشەی کەسانی تر دەدات، لەبەرامبەریشدا ئەم کارە دەبێتە هۆی گەشەکردنی خودی خۆیشی. یارمەتیدانی کەسانی تر، هەر بەو ئەندازەیە کاتت لێ دەگرێت، کە بتەوێت کارێك بۆ خۆت ئەنجامی بدەیت. ئەگەر دەتەوێت خێرا بڕۆیت بە ڕێگادا، بە تەنها بڕۆ. ئەگەریش دەتەوێت بە ڕێگایەکی دووردرێژدا بڕۆیت، لەگەڵ کەسانی تردا بڕۆ. پەندێکی پێشینان

٢- لەگەڵ کەسانی پسپۆڕدا تێکەڵاو ببن: هەر ملیاردێرێك گرووپێك لە کەسانی پسپۆڕی لەگەڵدایە، کە ئامۆژگاریی پێویستی پێ دەدەن. هەرکاتێك کەسێك پێشنیاری بۆ کردنو بۆچوونی خۆیی بۆ دەربڕین، تەنها ئامۆژگارییە باشەکانی ئەو کەسە وەرگرنو کاریان پێبکەن. لەکاروبارەکانتدا بەدوای کەسانی پسپۆڕدا بگەڕێنو لەگەڵیاندا ببنە هاوڕێ. هەمیشە ڕاوێژکارێکی تایبەت بۆ خۆت دابین بکەنو لە هەموو کارەکانتدا بەشداری بکەن. هاوڕێیەك لەوانەیە پێشنیاری کارێکت پێ بدات، بەڵام ڕاوێژکار سەرباری کردنی پێشنیارەکە، ئەوەشت بۆ ڕوون دەکاتەوە کە چۆنچۆنی ئەو کارە بکەنو بە چ ڕێکارێکیش سەرکەوتوو دەبن.

٣- بازاڕسازیو فرۆش: بازاڕسازی واتە: ئەوەی کە لەبارەی خۆتەوە پەیام بۆ هەموان بنێرنو فرۆشیش واتە: ئەوەی کە هەموان ئەو پەیامانە لە ئێوە بکڕن. بازاڕسازی یارمەتیت دەدات کە باوەڕێك بۆ خۆت پەیدا بکەیت، لەناو خەڵکیداو فرۆشیش کاتێك ڕوودەدات، کە خەڵك متمانەت پێ بکەن. بازاڕسازی وەك دڕکەپەتکەو فرۆشیش وەکو بڕبڕەی پشت. ئەگەر پشتیوانییەکی بەهێزت دەوێت؛ پێویستە گرنگی بدەیت بە ئەم دو لایەنە.

ملیاردێرەکان لە زەمینەی بازاڕسازیو فرۆشدا، خاوەنی شارەزاییەکی فراوانن. لەم بوارەدا پێویستە بفرۆشیت ئەگەرنا خۆت دەفرۆشرێیت. بۆ ئەم کارەش پێویستە پەی بەوە ببەن، کە بازاڕ چی دەوێتو بۆی فەراهەم بکەن.

هەتا ئەو کاتەی کە شتێك نەخەنە بەرچاوی مرۆڤەکان، ئەوان نازانن چییان پێویستە. ستیف جۆبز

٤- کارە گرنگەکانت دیاری بکە: ڕیزبەندیی کارەکان، واتە: ئەنجامدانی کارەکان بەپێی گرنگییان. بەدرێژایی ڕۆژ لەوانەیە کارگەلێکی زۆرت لەپێش بێت بۆ ئەنجامدان، بەڵام ئەوانە ئەنجام بدەیت گەورەترین سوودو پشتگوێ خستنیان، زیانێکی زۆرت پێ دەگەیەنن. پێویستە ئەم خووە لە خۆتدا گەورە بکەیت، ئەو کارو فەرمانانەی کە کاتوپوولت بەهەدەر دەدەن لە ژیانتدا بیان سڕەوە.

٥- بەشێوەی ماندوو نەبوون بەرهەم بهێنن: لە شەوداو کۆتایی هەفتەو پشووە فەرمییەکاندا، ٩٨ لە سەدی مرۆڤەکان خەریکی پشوودانن کە ئەمە کارێکی تەندرووست نییە! بەدڵنیاییەوە پێویستت بە پشوودان هەیە، بەڵام دەبێت بەرهەمیشت هەبێت. کاتێك مرۆڤگەلێکی زۆر پێویستیان بە کۆمەکیت هەیە، کاتی پڕبایەخت بە هەدەر مەدە! ئایا دەزانیت کە شادی واقیعی واتە: بینینی بەرهەمی کارەکەت؟

٦- خزمەتی مرۆڤەکانی تر بکەن: بە سەرسوڕمانەوە پێویستە بوترێت، کە زۆرینەی ملیاردێرەکان خزمەتکردنی مرۆڤەکان تەنها بۆ بەدەستهێنانی پارە ناکەن. ئەگەر ئەم کارەیان تەنها بۆ پارە بکردایە، بە یەکەمین داهاتی ملیاردییان وازیان لەو خزمەتە دەهێنا، لە ڕاستیدا ئەوان زۆربەی کارەکان تەنها بۆ خودی مرۆڤەکان ئەنجام دەدەن. ئەوە دەزانن کە پێویستە سەرەتا ڕەزایەتی مرۆڤەکان بەدەست بهێنن. کاتێك کە خزمەت بە مرۆڤەکان دەکەن، دوای ئەوە سوود دەکەن. ئەمە ئەو یاسایەیە کە خۆنەویستانە جێبەجێ دەکرێت.

٧- بەرەو پێشچوونی بەردەوام: ئەگەر دەتەوێت دنیا بگۆڕن؛ پێویستە بەهرەیەکی زۆر لە زانستی خۆت ببەنو بە خێرایی هەموو شتێك بگۆڕن. دەستپێکی هەموو ڕۆژێك لە خۆت بپرسە: "ئەمڕۆ چۆن دەتوانم پێشبکەوم؟"ئەگەر پێویستت بە فێربوونی زانستێکی تایبەت هەبێت، پێویستە حەتمەن ئەم کارە ئەنجام بدەیت. زۆرینەی خەڵك بۆ بەدەستهێنانی سەرکەوتنگەلی گەورە لێزانیو زانستێکی کەمیان هەیەو چاوەڕوانی دەستکەوتیشن. ئەگەر دەتەوێت ببیتە ملیاردێر، پێویستە ڕۆژانە لەگەڵ گۆڕانکارییە خێراکاندا، بڕۆیت لە ژیانی تایبەتیو پیشەییتدا.

٨- ڕەخنەو پێشنیارەکان قەبووڵ بکەن: ئەگەر چاوەڕوانی سەرکەوتنیت لە کاروبازرگانیداو دەتەوێت یەك لەدوای یەك هەنگاوەکانی ڕێگای بوونە ملیاردێر ببڕیت، پێویستە ڕەخنەو پێشنیارەکان بە ناونیشانی خاڵێکی بنیادی وەربگریت. پێشنیارگەلی باش لەوانەیە لە هەر قۆناغێکدا بێت مومکینە بێنە ڕێگات. دەکرێت ئەو پێشنیارو ڕەخنانە لەلایەن هاوسەرەکەت، یان منداڵەکانتو هاوڕێکانتەوە بن. ڕەخنەو پێشنیارەکانیش لە هەر لایەکەوە بن، لەبەرچاویان بگرەو ئەوانەی کە سوودبەخشن بیانکە بە پراکتیك.



حەج و گرنگی لایەنە ئابوورییەکەی

وەهاب حەسیب



دەستپێك:

حەج، یان سەردانی ماڵی خودا یەکێکە لە پایەکانی ئیسلام، لە رووی رۆحیو مادییەوە، گرنگی تایبەتی هەیە، لەم چەند دێرەدا هەوڵ دەدەم گرنگی ئەم پایە سەرەکییەی ئیسلام بخەمە روو، نەك بۆ ئەو کەسانەی کە دەبن بە خانەخوێی میوانەکان، بەڵکو بۆ ئەو کەسو کۆمەڵگایانەی کە سەردانی ماڵی خودا دەکەن، هەروەها رۆڵی حەج لە بوژاندنەوەی ئابووریو دەستەبەرکردنی دادگەریی کۆمەڵایەتیدا پیشان دەدەم، هاوکات کەمکردنەوەی بێکاریو بەگەڕخستنی توانا مرۆییەکانی کۆمەڵگا.

سالانە بە مەبەستی بەدیهێنانی فەریزەی حەج بە ملێونان کەس باروبارگەیان دەپێچنەوەو ملی رێگا دەگرنەبەر، وڵاتی خانەخوێش بۆ رێکخستنی رێورەسمی حەجو پاراستنی ماڵو گیانی میوانەکان، چەندین رێگای پیادە کردووە، لەم پێناوەشدا کاتو کۆششو داراییەکی زۆر خەرج دەکات، بەدڵنیاییەوە زیاتری دەست دەکەوێت، کە کاریگەری لەسەر ئابووریو کەلتووری ئەو وڵاتە هەیە.

ئەوەی جێگای سەرنجە دامەزراوەو دەزگای ئاینی لە هەرێمی کوردستاندا توێژینەوەیەکی ئابوورییان لەم بوارەدا نەکردووەو بیریان نەکردۆتەوە، ئەم کارە بە دامەزراوەیی بکەن، بەر لەوەی سەرمایەی وڵات بڕواتە دەرەوە وەبەرهێنانی تێدا بکرێتو بەشێوازی جۆراوجۆر سوودی لێ وەربگیرێت.

لەم بوارەدا، وڵاتی مالیزیا نموونەیەکی جوانی لە رێگای سندووقی حەجەوە پیشان داوە، کە دەکرێت وەك پێشەنگێك چاوی لێ بکرێت.

فەلسەفەی ئابووریی مالیزیا:

بیرۆکەی فەلسەفەی ئابووریی مالیزیا لەسەر بنەمای " گەشەی ئابووری پێویستە هۆکاری یەکسانی داهات بێت درووست بووەو بەرێوە دەچێت" واتە: پێویستە گەشەی ئابووری بە شێوەیەکی کاریگەر، کاریگەری لەسەر هەژارانو بێکاران هەبێت، هەروەها بە شێوەیەکی باش رەنگ بداتەوە، لە باشکردنی ژیانو گوزەرانیان، هۆکاری دەستەبەرکردنی پێداویستییە سەرەتاییەکانی ژیانیان بێت وەك خواردن، شوێنی نیشتەجێبوون، فێربوونو ئاسایشو... هتد.

ئەو فەلسەفەیە لە سیاسەتی وەرگرتنی باج، بە گەڕخستنی گەشەی وڵات لە کەمکردنەوەی رادەی هەژاری، زیادکردنی خەرجی لە داهاتی گشتی بۆ هەژاراندا دەردەکەوێت.

بیرۆکەی سندووقی حەج:

سندووقی حەج لە وڵاتی مالیزیا بە (تابوونگ حاجی) ناودەبرێت، واتە: ئەو سندووقەی پارەی لۆکاڵی وڵاتی تێدا هەڵدەگیرێت.

بەر لە درووستکردنی ئەو بیرۆکەیە، باوەڕدارانی ئەو وڵاتە، لە ترسی سوود پاشەکەوتەکانیان نەدەخستە بانکە حکومییەکانەوە،

بەشێوەی کۆن لە بوخچەو ژێر زەوی...هتد، پارەکانیان دەشاردەوەو هەڵدەگرت. لە ڕوانگەی ئابوورییەوە، ئەم سامانە لە دەرەوەی سووڕی بەرهەمهێنانەو دوورە لە بازنەی چالاکیی ئابوورییەوە، هیچ بەرهەمێکیشی لێ سەوز نابێت. دواتر سندووقی حەج هاتە کایەوە، کە لە یەککاتدا کاری پاشەکەوتو وەبەرهێنانی ئەنجام دا.

ساڵی (١٩٥٩) ئابووریناسی ناوداری ئەو وڵاتە (ئەنقو عزیز)، لە زانکۆی (مەلایا) بیرۆکەی سندووقی حەجی خستە ڕوو، ئەو بە مەبەستی دابینکردنو تێچوونی گەشتی حاجیان داوای دروستکردنی دامەزراوەیەکی کرد، گرنگی بە پاشەکەوتی حاجییان بدات، هاوکات ئەو دامەزراوەیە، وەبەرهێنان لەو سامانەدا بکات بەشێوەیەك لە بەرژەوەندیی بەشداربووانیدا بێت.

پلانی پرۆژەکە لە ساڵی (١٩٥٩) خرایە بەردەستی (تەنقۆ عبدالرحمن)، " دامەزرێنەرو سەرەکوەزیرانی ئەو کاتی مالیزیا" ڕای لەسەر بوو، پرۆژەکە خرایە بەردەستی پەرلەمان، پەرلەمانیش ڕەزامەندی پیشان دا، بەم شێوەیە بیرۆکەی پرۆژەکە پەسەند کرا.

ساڵی (١٩٦٢) لە کاتێکدا شێخی ئەزهەر (محمود شەلتوت) سەردانی ئەو وڵاتەی کرد، بیرۆکەی سندووقی حەجی خرایە بەردەست، کارەکە لە ڕووی شەرعەوە تاوتوێ کرا. لە وەڵامدا شێخی ئەزهەر پلانەکەی پەسەندکرو گوتی: باوەڕداران سوودی زۆر لە بەری ئەم سندووقە دەچنەوە! داوای کرد هەرئێستا دەست بە جێبەجێکردنی بکرێ. ساڵی (١٩٦٣) سندووقەکە دروست بوو، لە (٣٠/١٠/ ١٩٦٣) دەستی بەکارەکانی کرد.

ساڵی (١٩٦٩) سندووقی حەج لەگەڵ بەڕێوەبەرێتیی کاروباری حەج تێکەڵ کرا، بەڕێوەبەری حەج لە ساڵی (١٩٥١)ەوە لەو وڵاتەدا دەست بەکاربووە، گرنگی بە کارو بەڕێوەبردنی حاجییان داوە، ساڵی (١٩٩٥) لە سەردەمی (ئەنوەر ئیبراهیم) وەزیری پێشووی ئابووری، نوێکاری لە دامەزراوەکەدا کراو چالاکییەکانی بەشێوەیەك پێش خرا، لەگەڵ پێشکەوتنی وڵاتدا هاوتا بێت. پێشتریش ساڵی (١٩٧٣) چاکسازی لە سندووقی حەجداکرابوو.

کارو چالاکییەکانی سندووقی حەج:

سندووقی حەج "بەگوێرەی ئاماری ساڵی ٢٠٠٣" ئوسوولی سندووقەکە زیاتر (٢،٨) ملیار دۆلاری ئەمریکییە، بە هاوبەشی(٤،٥) ملیۆن هاوبەش کارەکانی بەڕێوە دەبات، هەروەها (١٠٠) بریکاری لە چوارچێوەی وڵاتدا هەیە، ساڵانە بە ڕێژەی (٢٧٪)، ژمارەی بەشداربووانی زیاد دەکات، ئەو ڕێژەیە بەرزترە لە گەشەی دانیشتوان کە (٢،٥٪).

سندووقی حەج ساڵانەو لە ئاستێکی بەرزدا کاری خزمەتگوزاری لە بوارەکانی بەخێوکردن، تەندرووستی، گەیاندنی حاجیان بۆ بەجێگەیاندنی فەریزەی حەج بەڕێوە دەبات کە ساڵانە ژمارەیان (٢٥٠٠٠) حاجییە "ئەو ژمارەیە پشکی وڵاتی مالیزیایە بە گوێرەی ژمارەی دانیشتوان".

سندووقی پاشەکەوتی حەج، بە یەکێك لە دامەزراوە پێشەنگەکانی وڵاتانی موسڵمان دادەنرێت، کە پێداویستی ئاینی بۆ حاجیان دابین دەکات، پاشان سامانەکانیان بەشێوەیەك پاشەکەوت دەکات، کە هاوتاو گونجاو بێت لەگەڵ داواکاریو ڕێنماییەکانی شەرعدا.

هەموو موسڵمانێکی مالیزی، دەتوانێت بەشداری ئەو سندووقە بکات، کەمترین ڕادەی بەشدار بوو بۆ پێگەیشتوان مانگانە (٢،٦$)ە، منداڵانیش بە (٦٠) سەنت بەشداری دەکەن.

داهاتی سندووقەکە لە ڕێگای نووسینگەکانی سندووقەکەوە، بریکارانی سندووقەکەو پۆستەوە کۆدەکرێتەوە، واتە: ڕاستەوخۆ پشکی بەشداربوو لەو لایەنە وەردەگیرێت، کە ئیشی لە گەڵدا دەکات "کۆمپانیا، یان دامەزراوەکانی حکوومەت بە نموونە". بەشدار بوو هەرکات ویستی لە ناوخۆی وڵات، یان لە وڵاتی سعودیە بێت دەتوانێت پارەکەی بکێشێتەوە.

سندووقەکە بەڕێوەبەریەکی ڕاوێژکاری هەیە، کارەکانی بەڕێوە دەباتو چاودێرییان دەکات، هەروەها لە بوارەکانی خزمەتگوزاری، گەیاندن، بیناسازیو پیشەسازیدا کارو وەبەرهێنان دەکات بەڕێوەبردنی ئەو چالاکییانەش نزیکەی (١٢) دەزگاو دامەزراوە تەواوی دەکەن، هەروەها سندووقەکە لە دەرەوەی وڵاتی مالیزیاو لە بواری کشتوکاڵدا وەبەرهێنان دەکات. دواتر زەکات لە قازانجی کارو وەبەرهێنانەکانی دەردەکات کە ناوەندی قازانجی (٨ بۆ ١٢٪)ە.

پاشان زەکاتی سندووقەکە لە ڕێگای "بەڕێوەبەرێتی کاروباری ئاینی" یەوە لە وڵاتدا بەڕێوە دەچێت.

ئامانجەکانی سندووقی حەج:

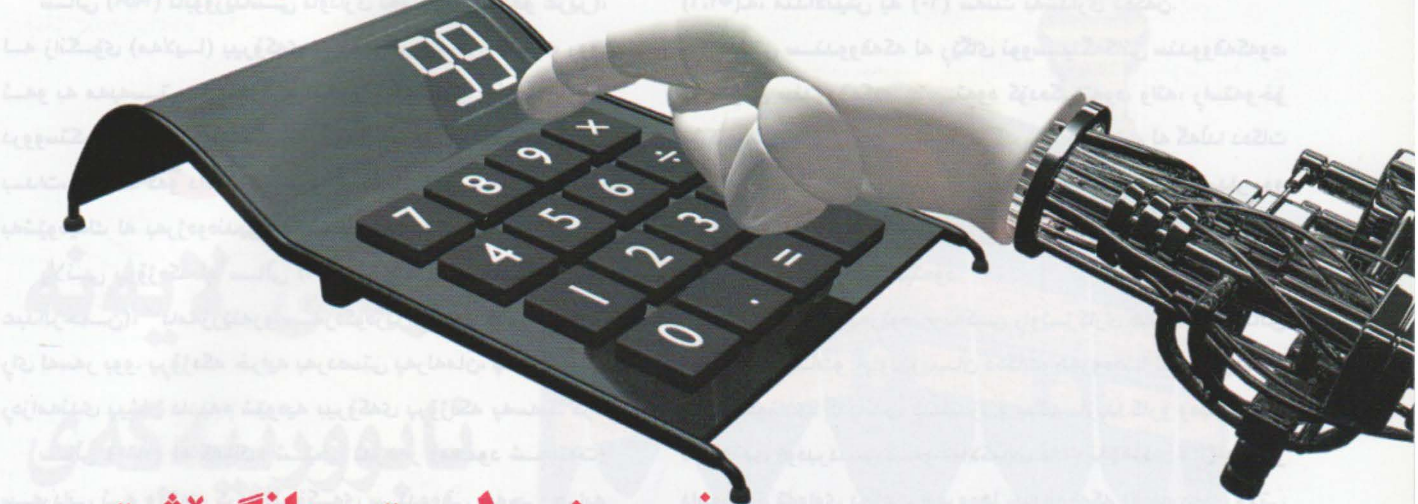
بەراورد بە وڵاتانی دراوسێی مالیزیا، سندووقی حەج ڕۆڵی هەبووە لە کەمکردنەوەی تێچوونی حەج، لە ئێستادا تێچوونی سەفەری حاجیەکی وڵاتی مالیزیا(٢٣٠٠$)ە، لە کاتێکدا لە وڵاتی سەنگاپورە (٥٣٠٠$) ە، لە وڵاتی ئەندەنووسیا (٣٢٠٠$)ە، واتە: سندووقی حەج خزمەتگوزارییەکی باشی بۆ بەشداربووانی دابین کردووە، لەم بوارەدا تەنها خەرجی گواستنەوەو خواردن لەحاجییان وەردەگرێت، لایەنی کارگێڕی ئەو کارە لە ئەستۆی سندووقەکەیە، هەرچی خزمەتگوزاری تەندرووستی، جەوازاتو ڕێنمایی ئایینیشە بێبەرانبەرە.

لە هەرێمی کوردستان ساڵانە زیاتر (٦٠٠٠) کەس حەجو عەمرە دەکەن، هەرتاکێك (١٥٠٠ تا ٤٠٠٠$) لەو پێناوەدا خەرج دەکات.

ئەگەر ئەو بڕەپارەیە بەهاوشێوەی سندووقی حەجی مالیزی، لە جێگایەکدا هەڵبگیرێتو وەبەرهێنانی تێدا بکرێت، بێگومان کاریگەری باشی دەبێت لەسەر ئابووریو کەلتووری کۆمەڵی کوردەواری، بە داخەوە فەلسەفەی ئابووری لە کوردستاندا بەشێوەیەك بنیاتنراوە کە تاکو دامەزراوە کوردییەکان تا ئێستاش حەزدەکەن کارێك بکەن بە کەمترین ماوە، زۆرترین داهاتی دەست بکەوێت. ئەو بۆچوونەش پێچەوانەی وەبەرهێنانو مانەوەیە لە مەودایەکی دووردا.

سەرکەوتن، یان شکست لە ٩٠ ڕۆژی یەکەمدا

و: ئانا هەورامی



نووسینی لیستو بانگهێشت

٢-نموونەی دەقی بانگهێشت لە ڕێگەی E-mail

من بەم دواییانە بە کارێکی زۆرباش ئاشنا بووم، کە وردە وردە دونیا دەگرێتەوە. نازانم ئایا ئەم کارە گونجاوە بۆ تۆ/ئێوە، یان نا. لەبەرئەوە وای بۆ دەچم کە گرنگە سەیرێکی بکەیت. لەخوارەوە هەندێك لە تایبەتمەندییەکانی ئەم کارەم نووسیووە:

١- ئەم کارە یەکێك لە باشترین شێوەکانی بازرگانییە لە دونیاداو لەسەرانسەری دونیادا هەزاران کەس، لە ڕێگەی ئەم کارەوە بە سەرکەوتن گەشتوون.

٢- ئەم کارە، کارێکی داراییە کە دەتوانیت لە ماڵەوەو بەشێوەی پارت تایم ئەنجامی بدەیت.

٣- وزەی دەرامەتی ئەم کارە، زۆر زیادەو دڵنیام زۆرێك لە ئێمە دەحەپەسێنێت.

٤-لەم پیشەیەدا، ئەگەر کەسێك بە باشی کار بکات، دەتوانێت دەستی بە دەرامەتێکی هەمیشەییو فراوان بگات بۆ خۆیو خێزانەکەی.

٥- ئێمە لەگەڵ کۆمپانیایەکدا هاوکاری دەکەین کە لە ڕووی داراییەوە بەهێزە، زۆریش جێی بڕوایە.

٦- بەرهەمەکانی ئەم کۆمپانیایە خاوەنی کواڵێتییەکی بەرزنو پێویسیتی هەموو کەسێکن.

٧- سیستمی چاودێری لەم کارەدا زۆر بەرزەو ئەگەر بەدرووستی پەیڕەوی بکرێت، گەرەنتی سەرکەوتنی کەسەکانە.

٨- ئەم کارە پێویستی بە هیچ جۆرە پێشینە، یان ئەزموونێکی پێشەکی نییە؛ چونکە کەسەکان لە سەرەتای کارەکەدا خولی فێرکردن دەبینن.

٩- ناوی کۆمپانیا.......و کۆمپانیا لە.......دامەزراوە.

١٠- بۆ هاوکاری پێویستمان بە چەند کەسێکی گونجاو هەیە. بۆ بەدەستهێنانی زانیاریی زیاتر، تکایە سەردانی ئەم سایتەی خوارەوە بکە/بکەن:

https://www..........، یەکێك لە هاوکارەکانم لە شار/وڵاتی تۆ دەژی. ناوی......ەو بەم زوانە بۆ ناساندنی زیاتری کارەکە پەیوەندیت پێوە دەکات. تکایە ئەگەر پێویستت بەزانیاری زیاتر هەبوو، پەیوەندیم پێوە بکە. بە سوپاسەوە...... .

٣- لەگەڵ سێ-چوار کەس لە هاوکارە نوێیەکانتدا لە دەوری یەك کۆ ببنەوەو تەلەفۆنێك بکەن بۆ ئەو کەسانەی دەتەوێت بانگهێشتیان بکەیت بۆ کارەکەو بە بیستنی"بەڵێ" و"نا" فراوانەکان خۆشحاڵ بن.

ئەم کارە خۆتو هاوڕێکانت بەهێزو بەئەزموون دەکاتو ترسی"نا"بیستنت دەرەوێنێتەوە. دەتوانیت هەفتانە ئەم کارە ئەنجام بدەیت.

لەگەڵ هەموو ئەم وەسفانەو هەمو تەکنیکە باسکراوەکانیشدا، ئەگەر دەستپێشخەری نەکەیت بۆ تەلەفۆنکردن بۆ ئەو کەسانەی کە دەتەوێت بانگهێشتیان بکەیت بۆ کارەکەو بانگهێشتیان نەکەیت، بێسوود دەبێت. بە ڕای من، کێشەی زۆربەی نێتۆرکەرە تازەکارەکان، ترس لە تەلەفۆنکردنە بۆ بانگهێشتکردن. یەکێك لە نێتۆرکەرە سەرکەوتووەکان بەتایبەتی بە منی وت: هەرکات کرێی تەلەفۆنەکەم زۆر نەبێت، لەو مانگەدا کاری کەمم کردووە!

ئاشناکانی ئێمە لە ڕاستیدا "سەرمایە"کانی ئێمە لەم کارەدان. ئێستا ئیختیار لە دەستی خودی ئێمەدایە کە ئەوان بە کڕیارانی چالاکو کۆمەڵەساز بگۆڕین، یان ئەوەی کەسێکی تر هەڵبژێرین هەتا ئەم کارە ئەنجام بدات.

نووسینی لیستی کەسەکانو بانگهێشتکردنیان یەکەمینو لە هەمان کاتدا گرنگترین هەنگاوی پێکهێنانی کۆمەڵەیەکی سەرکەوتووە لە نێتۆرکی مارکێتینگدا. بەبێ نووسینی لیستی ئەو کەسانەی کە بانگهێشت دەکرێنو بانگهێشتی ئوصولی لە ئەوان هیچ کات سەرکەوتوو نابێت لە درووستکردنی کۆمەڵەیەکی گەورەدا. هەموو شتێك لەگەڵ یەکەمین کەسدا، کە بانگهێشت دەکرێت، دەست پێ دەکات. لەبەرئەوە، ئەگەر هەتا ئەمڕۆ پەیوەندییەکت نەکردووە، هەر ئێستا مۆبایلەکەت هەڵ بگرەو دەست بە کارەکە بکە.

کام لە ئاشناکانت، هاوشێوەی فلانی کوڕی فیسارە؟

ناوی_____ە؟

هەر ئێستا ماڵئاوایی کردو ڕۆشت؟ جومناستیککارە؟

بە تازەیی وازی لە جگەرەکێشان هێناوە؟ ئەهلی سیایەتە؟

لە ڕادیۆ/ تەلەفزیۆن کار دەکات؟ فرۆکەوانە؟

کارمەندی ئیدارییە؟ هاوشێوەی هونەرمەندێکی بەناوبانگە؟

پێویستی بە دەرامەتی زیاتر هەیە؟

هاوڕێیانو ئاشنایان، دایکوباوکت-خوشك(ەکان)ت-برا(کان)ت- پوورەکانت- خاڵ(ەکان)/مام(ەکان)ت- کوڕە پوور/کوڕە مامو کوڕە خاڵ(ەکان)ت- کچە پوور/کچە مامو خاڵ(ەکان)ت.

بە دواداچوون"هۆکاری بەردەوامی"

بەدواداچوونی سەرکەوتوو، خێرایی هاتنە ناوەوەی ئەو کەسانەی کە بانگهێشت دەکرێن بۆ ئەم بازرگانییە زیاد دەکات. بۆ گۆڕینی ئەو کەسانە بە کڕیارانی هەمیشەیی، بەدواداچوون بایەخێکی زۆری هەیە. ئەم قۆناغەی کار لە درووستکردنی کۆمەڵەیەکی گەورەو سەرکەوتوو، بە قۆناغێکی پێویست ئەژمار دەکرێت.. بەڵام بەدواداچوون پێویستی لێهاتوویی، ئەزموونو ئارامیی فراوانە. ئامانجی بنەڕەتی لەبەدواداچووندا بەرزکردنەوەی خێرایی ڕاکێشانی کەسانی ترە بۆ ناو کۆمەڵەکە.

شێوەکانی بەدواداچوون، ڕێنماییگەلێك بە ئاڕاستەی شوێنگری کاریگەر..

١. بەدواداچوون پێویستە لە نێوان ٢٤ هەتا ٤٨ کاتژمێر دوای ناساندنی کارەکە ئەنجام بدرێت. بە دڵنیاییەوە لەم ماوەیەدا ئەو کەسەی کە بانگهێشت دەکرێت، کاتی پێویستی بۆ بڕیاردان هەیە. ئەوەی کە گرنگی هەیە ئەوەیە کە نابێت بەدواداچوون دوا بخرێت؛ چونکە لەوانەیە لە لایەن کەسانی بێکارەوە، بۆچوونگەلی نێگەتیف بنێررێت بۆ ئەو کەسەی کە دەمانەوێت بانگهێشتی بکەین.

٢. ئامانج لە بەدواداچوون، پێویستە دانی زانیاریی زیاتر بەو کەسە بێت کە بڕیارە بانگهێشت بکرێت هەتا بتوانێت بڕیارێکی باشتر بدات.

٣. هەمیشە ئینفۆپاکێکی (infopack) بە نرخ لەلای ئەو کەسە بەجێ بهێڵن ئم ئینفۆپاکە دەکرێت کتێب، کاسێت، سی دی، یان هەر شتێکی تر بێت. ئەم کارە مۆڵەتت دەدات کە بۆ بەدواداچوونەکانی دواتر لەگەڵ ئەو کەسانەدا کە بانگهێشتت کردوون، دیدارت هەبێت.

٤. بێگومان بەدواداچوون یەکەم بە ئامادەبوونی باڵادەستی یەکەی خۆت ئەنجام بدەن.

٥. بڕیاردەرو بەدواداچوون بکەن، بەڵام زۆریش پێداگری مەکەن.

٦. دیدارەکەت کورت بێت. بەدواداچوونەکەت پێویستە ڕێ پێدراوو کورت بێت. سەرنجی کاردانەوەو جووڵەو ڕەفتارەکانی ئەو کەسەی کە بانگهێشتی دەکەیت، بدە.

٧. تامەزرۆ بەو لەبارەی هەواڵە خۆشەکانو ڕوداوە پۆزەتیڤەکان کە پەیوەندییان بە کارەکەتەوە هەیە، قسە بکە. دەتوانیت لەبارەی سەرکەوتنە نوێیەکانو هاتنە ناوەوەی کەسانی تریشەوە قسە بکەیت.

٨. بۆ بەدواداچوونەکەت بەرنامەیەکی دیاریکراوت هەبێت. ئامانجت لە بەدواداچوون چییە؟ ئایا ئامانجت فرۆشتنی بەرهەمەکانە، یان قسەکردنە لەگەڵ ئەو کەسانەدا لەبارەی هەلێکی بازرگانی؟ ڕێڕەوی خۆت بەدرووستی دیاری بکە. بەدواداچوونی بەبەرنامە دڵنیایت پێ دەدات کە کاتت لەو هاتوچۆیانەدا بە هەدەر ناڕوات.

٩. دەتوانیت تەنها یارمەتیی ئەو کەسانە بدەیت، کە دەیانەوێت یارمەتیی خۆیان بدەن. بەناونیشانی یەك بنەمای گشتی، ئەگەر لە بەدواداچوونە دوابەدوای یەکەکاندا، ئەو کەسەی کە بانگهێشت کراوە هیچ حەزێکی بۆ کارەکە نیشان نەدا، بەخێرایی وازی لێ بهێنە، سەرخستنە سەری زیاد لە ڕادەی ئەو کەسە دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی شەوقی تۆ بۆ کارەکەو ورەت لاواز دەکات. دەتوانیت دواتر کە کاتی ئەم کارەت هەبوو، یان بە سەرکەوتنگەلێکی باشتر گەشتیت، دووبارە بەدواداچوون بۆ بکەیت.

١٠. هەمیشە بەئارام بەو بەدڵنیاییەوە مەبەستی تۆ، کاریگەریی نێگەتیڤ لەسەر ئەو کەسەو نیگەرانکردنی نییە.

گرنگی بە دواداچوون

یەکێك لە گەورەترین هەڵەکان کە نێتۆرك مارکێتەرەکان دەیکەن، نەبوونی بەدواداچوونە، ئەوان ئامانجیان هێنانە ناوەوەی کەسانێکی نوێیە بۆ ناو کۆمەڵەکەیان، ئەو ساتەی کە بتوانن ئەو کەسە بهێننە ناو ئەم بازرگانییەوە، وا بیر دەکەنەوە کە بە ئامانجەکەیان گەیشتوون. کاری دواتری ئەوان پەیداکردنی کەسێکی نوێیە هەتا بانگهێشتی بکەن بۆ ناو کارەکە. ئەم کارە لە حەقیقەتدا بەفیڕۆدانی تەمەنە؛ چونکە نێتۆرك مارکێتینگ پێشبڕکێی چوونە ناوەوەی گرتن نییە. ئەم بازرگانییە پێویستی بەوە هەیە کە کەسانێك بهێنیتە ناوەوەو لە هەمان کاتدا یارمەتییان بدەیت هەتا سەرکەوتوو بن. سەرکەوتنی ئێوە بەستراوە بە سەرکەوتنی ئەو کەسانەی تروەوە، کە لە کۆمەڵەکەتدایە. گرنگ نییە کە هاوسەنگیت چەند بێت. لەبیرت بێت کە لە هەر ئاستێکدا، پەیوەندییەکی تەندرووستت لەگەڵ کەسانی خوارەوەی کۆمەڵەکەتدا هەبێتو هەمیشە بەدواداچوون بۆ چالاکییەکانیان بکەن.

ئەگەر کۆمەڵەکەت خێراییەکی گونجاوی گەشەی نییە، پێشنیاری من ئەوەیە، کە بەدواداچوون لە کۆمەڵەکەتدا بخەنە بەر لێکۆڵینەوەوە. لەگەڵ باڵادەستییەکانو بەئەزموونەکاندا ڕاوێژ بکەو هۆکارەکە بدۆزەرەوە.

پەیام



ئەوەی بۆ خۆت پێت خۆشە بۆ براکەشت پێت خۆش بێت!

ئـــارام قوتابییەکی ژیرو زیرەکو لێهاتوو بوو، خۆشەویســتی مامۆســتاو هاوپۆلەکانی بوو، قوتابییەکی چـــالاکو وریابوو، زۆر حەزی بە نووسینو خوێندنەوە دەکرد..

لەگەڵ ئەوەشدا، ئارام کەسێکی خۆپەرستو چاوچنۆك نەبوو، حەزی دەکرد سەرجەم هاوڕێکانی هاوشێوەی خۆی زیرەکو لێهاتوو بن، ڕۆژێك سەرنجی لە یەکێك لە هاوپۆلەکانی دا، کە ناوی ئەمیر بوو، هەستی کرد کە بەردەوام سەیری دەکاتو چاودێری دەکات!

لەبەرئەوە لێی نزیك بوویەوە، سڵاوی لێ کردو لە تەنیشتییەوە دانیشـــت، ئەمیریش وەڵامی سڵاوەکەی دایەوەو بە خۆشحاڵییەوە بەخێرهاتنی کرد.

ئـــارام گوتی: کاکە ئەمیر، ماوەیەکە هەســـت دەکەم، بەردەوام ســـەرنجت لەسەر منە! ئایا شتێك ڕووی داوە؟ من شتێکم کردووە تۆی نیگەران کردبێت، یاخود ڕقت لێمە؟

ئەمیـــر وەڵامی دایـــەوەو گوتی: نا، کاکە ئـــارام، من هەرگیز ڕقم لە تۆ نەبووە، بەڵکو زۆریش خۆشـــم دەوێیت، ڕاســـتییەکەی مـــن دەبینـــم کە تۆ قوتابییەکـــی چالاكو گورجوگـــۆڵو زیرەکو لێهاتوویـــت، هەمـــوان خۆشـــیان دەوێیت، ڕێزت دەگـــرن.. منیش دەمەوێـــت هـــەوڵ بدەم وەکو تـــۆ زیرەکو لێهاتوو بـــم، بەڵام لە ڕاستیدا نازانم چۆن دەست پێ بکەمو دەبێت سەرەتا چی بکەم؟

ئـــارام بەوپەڕی میهرەبانییەوە، دەســـتی خســـتە سەرشـــانی ئەمیرو پێی گوت: کاکە ئەمیر، هەموو جارێك باوکم ئامۆژگاریم دەکاتو دەڵێت: بۆئەوەی بگەین بە ئاواتو خەونەکانمان، بۆئەوەی بتوانین ببین بە کەســـێکی بەئەزموونو لێهاتوو، دەبێت ســـەرەتا ئامانجەکەمـــان دیـــاری بکەین! ئێســـتا تۆ دەتوانیـــت پێم بڵێیت ئامانجت چییەو دەتەوێت ببیت بەچی؟

ئەمیـــر گوتی: کاکە ئارام لە ڕاســـتیدا نازانـــم دەمەوێت ببم بەچی! ڕەنگە ئەندازیار، یان مامۆستا!

ئـــارام گوتـــی: کاکـــە ئەمیر ســـەرەتا دەبێـــت فێربیت، چۆن ئامانجەکانت دیاری دەکەیت، پاشـــان ئـــەو ڕێگایانە کامانەن، کە دەتگەیەنن بە ئامانجەکانت؟

بـــۆ نموونـــە، وێنەی ئامانجەکەت بکێشـــە، پلانـــی بۆ دابنێ، بینووسەرەوە، قسەی لەبارەوە بکە..

ئیدی لێرەوە دەزانیت ئامانجەکەت چییە، کاتێك ئامانجەکەت دیاری کرد، ئەو کات پلانی گەیشتن بە ئامانجەکت دادەنێی! ئیدی ئـــارامو ئەمیر پێکەوە دانیشـــتن، پلانیان دانا، ئـــارام بە ئەمیری وت: لەمـــرۆ بەدواوە، تۆ دەبێت بەیانیان زوو لە خەو هەڵســـیت، دەســـتنوێژ بگرەو نوێـــژی بەیانی ئەنجام بـــدە، هەرگیز لەبیری نەکەیـــت، هەمـــوو بەیانییەك ددانەکانت بەجوانی بشـــۆرە، نانی بەیانیـــان فەرامۆش مەکە؛ چونکە ئـــەوە زۆر گرنگە، تا ڕۆژێکی چالاك ببەیتە ســـەر، پێویســـتە نانی بەیانی بخۆیت، ڕۆژانە زوو بڕۆ بۆ قوتابخانەو دوا مەکەوە، بەجوانی گوێ بۆ مامۆستا بگرە، ئەگەر لە شتێك تێنەگەیشتی پرسیار بکە!

ئەمیرو ئارام لەســـەر ئەم پلانە ڕێـــك کەوتن، ڕۆژانە ئەمیر گوێـــی بۆ ئامۆژگارییەکانی هاوڕێکەی ئـــارام دەگرتو گوێڕایەڵیی دەکـــرد، ئـــەوان بوونە دوو هاوڕێی زۆر نزیکـــی یەکتری! هاوکات خێزانـــی ئەمیر زۆر دڵخـــۆش بوون بـــەو گۆڕانکارییە زۆرەی لە کوڕەکەیاندا بەدی هاتبوو!

ڕۆژێکیان ئەمیر بە ئارامی هاوڕێی گوت: هەموو ئەو شتانەی تۆ پێت وتووم، جێبەجێم کردووە، هاوکات یارمەتیی هاوڕێکانیشم دەدەم، هەروەکو چۆن تۆ یارمەتیی منت دا..

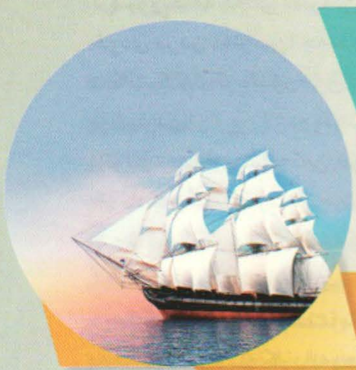
بەڵام دەکرێت من پرسیارێك بکەم؟ ئارام فەرموو براکەم..

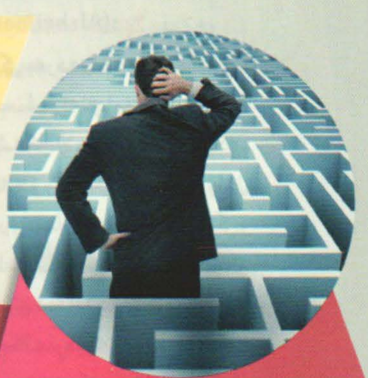
ئەمیـــر: بۆچـــی لەبەرخاتری مـــن، ئەوەندە خـــۆت ماندوو کردووە، بۆ ئەوەندە هاوکاریی من دەکەیت؟

ئارام گوتی: چونکە باپیرم پێی وتم: کە پێشـــەوامان دروودو سڵاوی خوای لێ بێت، فەرموویەتی: ئەوەی بۆ خۆت پێت خۆشە، بۆ براکەشت پێت خۆش بێت!

منداڵە چاوگەشەکان، هیوادارم ئێوەش دوای خوێندنەوەی ئەم چیرۆکە، ئامانجەکانی خۆتان دیاری بکەنو بینووســـنەوەو پلانی گەیشـــتن بە خەونەکانتان دابڕێژن، هەروەهـــا بەردەوام هاوکارو یارمەتیدەری ئەو کەسانەش بن، کە پێویستیان بە ئێوەیە!

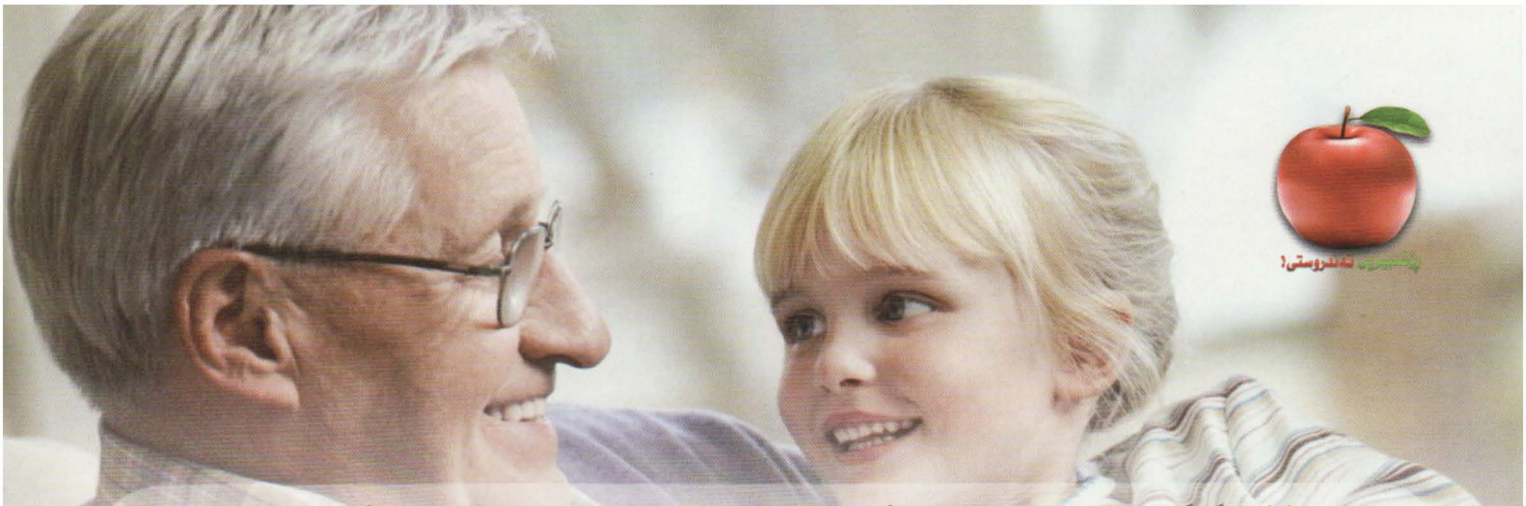








گەشەپێدان



تەندرووستیی دایك‌و باوكت بپارێزە ٢/١

ن: د. حسان شمسی پاشا
و: یەحیا موحەممەد عەلی

پیربوون یەكێكە لە گرنگترین ئەو كێشانەی ڕووبەڕووی مرۆڤ دەبێتەوە لەم سەردەمەدا، كە بریتییە لە گەشەكردنێكی سرووشتی‌و بایۆلۆجی، ڕوو دەدات لە ئەندامە جیاوازەكانی لەشدا لەگەڵ چوونە سەری تەمەندا.

زۆرێك لە خەڵكی دەترسن لە لاوازی‌و پیربوون زیاتر لەوەی لە خودی مردن دەترسن! چەندە كەسێكی پیر هەست بە شەرمەزاری دەكات، كاتێك نزیكێكی خۆی بینیوەو ناوەكەی یاد نەهاتۆتەوە، یان پرسیارێكیان لێ كردووەو نەیتوانیوە وەڵام بداتەوە، یان كاتێك ناتوانێت پێداویستییەكانی خۆی هەڵبگرێت؟!

١. ئەو گۆڕانكارییانە چین كە لە پیربووندا ڕوو دەدەن؟:

أ. گۆڕانكارییە دەرەكییەكان:

* سپییبوونی مووەكان.
* گۆڕانی ڕەنگی پێست.
* دواكەوتن لە كاردانەوە.
* لاوازیی پێكەوەكاركردنی دەمارەكان‌و ماسوولكەكان.
* لاوازبوونی هەستەوەرەكان(بەتایبەت بیستن‌و بینین).
* لاوازبوونی تواناكانی مێشك.
* كەمخەوی لە شەودا.
* پەیدابوونی برین لەسەر جەستە.
* بێتوانایی لە كۆنترۆڵكردنی دەرهاویشتنەكانی لەش(میز...هتد).

ب. گۆڕانكارییە ناوەكییەكان:

* نەمانی نەرمیی خوێنبەرەكان، ئەمەش مەترسیی ڕەقبوونی خوێنبەرەكان زیاد دەكات.
* قورسی لە هەناسەداندا.
* زیادبوونی شكانی ئێسكەكان.
* لاوازبوونی بەرگریی لەش، لەبەرامبەر نەخۆشییەكانداو درەنگ چاكبوونەوە لێیان.

*خاوبوونەوەی كرداری بنیاتنان (چاكبوونەوەی لەش)، بەجۆرێك لەش ناتوانێت ئەو تێكچوونانە چاك بكاتەوە كە پیریی بەسەر لەشدا دەیهێنێت.

٢. گۆڕانكارییە نەقڵییەكان چین؟ چۆن كاریگەریی نەرێنی لەسەر كەسی بەتەمەن درووست دەكەن؟:

أ. یادگەMemory: بیرچوونەوە یەكێكە لە دیارترین نیشانەكان لای پیرەكان، بەتایبەتیش یادگەی كورتخایەن(Short Term Memory)، بەڵام یادگەی درێژخایەن(Long Term Memory)درەنگتر زیانی پێ دەگات.

ب. توانای بیركردنەوە: كەسی پیر، بیركردنەوەی خاو دەبێتەوە، شت بیرهاتنەوەی زەحمەت دەبێت، ناتوانێت زوو بڕیار بدات.

ج. كەسایەتی: كەسی پیر، هەندێك گۆڕانكاریی دێت بەسەر كەسایەتییدا، دەبێتە كەسێكی بێمتمانەو زیندەڕۆیی دەكات لە وەسفكردنی خۆیدا، خێرا هەڵدەچێت، بەردەوام ڕەخنە لەهەموو شتێكی چواردەور دەگرێت.. هەروەها گرنگی بە ڕوخسارودەرەوەی خۆی نادات، بە بیانووی ئەوەی دەستی لە دنیا شۆردووە.

د. خەڵەفاویی: بریتییە لە كۆبوونەوەیەكی بەهێزی خاڵەكانی سەرەوە، هاوڕێ لەگەڵ كێشەكانی لە زمان‌و پەیوەندیی‌و خۆكۆنترۆڵكردن. ئاگای لە كات‌و شوێن‌و چواردەوری خۆی نامێنێ‌و جووڵەو كرداری بێنامانجی لێ دەبینرێت.

٣.پزیشكی پیری :

أ.نەخۆشی ئەلزهایمەر(Alzheimer's Disease):

بەگشتی لە ئەنجامی پووكانەوەیەكی بەردەوام لە خانەكانی دەماخ‌و خانە دەمارییەكان ڕوو دەدات، لە ئەنجامدا كار دەكاتە سەر فرمانە مێشكی‌و دەمارییەكانی نەخۆشەكە. لاوازبوونی یادگە، پاشان لەدەستدانی. یەكەم نیشانەی نەخۆشی ئەلزهایمەرەو پاش دەركەوتنی زۆر بە خێرایی گەشە دەكات، پاشان بارێك لە دڵتەنگی‌و گۆڕان لە كەسایەتی‌و میزاجیدا ڕوو دەدات، لە كۆتاییشدا بەگشتی دارمانێك لە تەندرووستی نەخۆشەكەدا ڕوو دەدات، تا وای لێ دێت ناتوانێت پێداویستییەكانی خۆی جێبەجێ بكات. ڕەنگە ئەم نەخۆشییە لە پەنجاكان‌و شەستەكانی تەمەندا دەست پێ بكات، پاشان لەگەڵ چوونەسەری زیاتری تەمەندا، بەرەو خراپبوون دەچێت.

ب.نەخۆشیی پاركنسون(Parkinson disease):

نەخۆشەكە بە لەرزین، خاوبوونەوەی جووڵە، ڕۆیشتن بە هەنگاوی كورت، لەگەڵ قورسی لە ڕاگرتنی باڵانسی لەشدا دەناسرێتەوە.. لەرزین بەزیاترین بڕ كۆتایی پەلەكان دەگرێتەوە، لە كاتی پشوودانیشدا دەردەكەوێت‌و لە كاتی ئەنجامدانی جووڵەیەكی خۆویستدا بەشێوەیەكی كاتی، لەرزینەكە كەم دەبێتەوە، پاشان دەگەڕێتەوە بۆ بارە بەهێزەكەی پێشووی. هەروەها لەشی دەچەمێتەوە بۆ پێشەوە، دەنگی نزم دەبێت، یادگەی لاواز دەبێت. لە بارە بەهێزەكاندا نەخۆشەكە ناتوانێت پشت بەخۆی ببەستێت بۆ كاروبارە پێویستەكانی ڕۆژانەی.

ج.دڵتەنگی‌و نیگەرانی:

گەورەترین تێكچوونی دەروونییە لای پیرەكان، ڕوودانی پەیوەندیی هەیە بە نەخۆشییە جەستەییەكانەوە، لەگەڵ لەدەستدانی هاوڕێ‌و كەسە نزیكەكان‌و بوونی هەندێك ناڕەحەتیی كۆمەڵایەتی‌و كێشە نابوورییەكان. لەم بارەدا پێویستی بە چارەسەری دەروونی‌ودڵنەواییكردن هەیە، زیاتر لە پێویستییەكەی بۆ خواردنی دەواو دەرمان!



ئەو خواردنانەی دەبنە هۆی شێرپەنجە!

خواردنی ناتەندرووست، بەدرێژایی کات هۆکار بووە بۆ کێشە تەندرووستییەکان، بەگشتی خۆراکە ناتەندرووستەکان تامو بۆنێکی خۆشو سەرنجراکێشیان هەیە، بە پێچەوانەی خۆراکە تەندرووستەکانەوە، زۆربەیان تامیان خۆش نییە، هەروەها خواردنی تەندرووست، زۆرجار بەئاسانی دەست ناکەوێت، وێڕای گرانی لە ئامادەکردنو گرانی نرخەکەی، خواردنی ناتەندرووست هەرچەندە هەرزان بێت لە نرخو بەئاسانیش ئامادە بکرێت، پێویستە لێی دوور بکەوینەوە؛ چونکە دەبێتەهۆی نەخۆشی، بەتایبەتی نەخۆشی شێرپەنجە، ئەو خواردنانەش:

یەکەم: گۆشتە دەستکردەکان: گۆشتی دەستکرد وەك هەمبەرگر، سۆسەج، .... هتد، بەپێی ناساندنی پەیمانگەی ئەمریکی بۆ توێژینەوەکانی شێرپەنجە گۆشتی دەستکرد ئەو گۆشتەیە کە بەهۆی دوکەڵ، یان سوێرکردن، یاخود بەکارهێنانی ماددەی کیمیایی بۆ پاراستنی ئامادە دەکرێت.

ئەو کەسانەی بەکاری دەهێنن بۆ خواردن بەرامبەر بەوانەی کە گۆشتی سرووشتی دەخۆن، بە ڕێژەی ٦٧٪ زیاتر ئەگەری تووشبوونیان بە نەخۆشیی شێرپەنجە هەیە، زانایان هۆکارەکە بۆ نیتراتی سۆدیۆم دەگەڕێننەوە، کە وا لەگۆشت دەکات ڕەنگێکی جوانی هەبێتو زیاتریش بمێنێتەوە، ئەو مادە دەبێتە هۆی درووستبوونی ئاوێتەکانی هۆکاری شێرپەنجە.

دووەم: ئەو خواردنانەی دەستکاری بۆماوەییان کراوە: مەبەست لەو خواردنانەیە، کە دەستکاری ناوکەترشی "دی ئێن ئەی" کراوە، ئەم گۆڕانکارییە دەبێتە هۆی درووستبوونی سیفەتی نوێ بۆ بەرهەمە خۆراکییەکە، بەرهەمی ڕووەکی بێت، یان گیانەوەری، ئەمەش هۆکارێکی ترە بۆ تووشبوون بە نەخۆشیی درێژخایەن، یان تووشبوون بە نەخۆشیی شێرپەنجە، ئەمریکییەکان لە ماوەی ٩ ساڵدا ڕێژەی تووشبوونیان بە نەخۆشیی شێرپەنجە لە ٧٪ بۆ ١٣٪ بەرز بوویەوە هۆکارەکانیش بۆ ئەم جۆرە خواردنانە دەگەڕێتەوە، هەروەها هۆکارە بۆ نەخۆشییەکانی زایەندیو هەستیاریو تێکچوونی هەرس، لە هەمووی گرنگتر ڕاستەوخۆ تووشبوونە بە شێرپەنجە، بۆ نموونە: لێکۆڵینەوەکان باس لەوە دەکەن، ماستی بەرهەمهاتوو لەو مانگایەی کە گۆڕانکاری بۆماوەیی بۆکراوە، پەیوەندییەکی بەتینی لەگەڵ نەخۆشیی شێرپەنجە هەیە.

سێیەم: زەیتی بە هایدرۆجینکراو: بەهەمان شێوە ئەمەش دەستکردی مرۆڤە، مەبەست لە زەیتی ڕووەکییە بۆ پلەیەکی بەرزی گەرمیی زۆر گەرم دەکرێت لە ژێرپەستانێکی زۆربەرزدا، کاتێك دەگاتە بەرزترین پلەی گەرمی هایدرۆجینی بۆ زیاد دەکرێتو لە شلییەوە دەیگۆڕێت بۆ ڕەقی (مەییو، یان پیو)، ئەم جۆرە زەیتە دەبێتە هۆی گۆڕان لە پێکهاتەی پەردەخانەکانی لەشو لە کۆتایشدا دەبێتە هۆی نەخۆشی مەترسیدار لە لەشدا، بۆیە پێویستە لێی دوور بکەوینەوەو لە جیاتی ئەو زەیتی زەیتوون، یان زەیتی سۆیا، یاخود زەیتی گوڵەبەڕۆژە بەکاربهێنین.

چوارەم: سۆسی ناو قوتووە کانزاییەکان: هەموو ئەو خواردنانەی لەقوتوو نراون، خراونەتە بەر ئاوێتەکانی فینۆڵی دوانی، ئەویش ئاوێتەیەکی کیمیاییە، ڕۆڵی ئیستڕۆجین دەبینێتو چالاکیی هۆرمۆنەکانی لەش دەوەستێنێت، بۆ نموونە: سۆسی تەماتە، یان دۆشاوی تەماتە، بەهۆی زۆر ترشییەوە مەترسیی زۆر زیاترە لە سۆسەکانی تر، هۆکارەکەش بۆ پەیوەندیی نێوان ترشی بەرز لەگەڵ ئاوێتەی فینۆڵەوەیە، لەبەر ئەوەی بەتوندی پێکەوە دەبەسترێنەوە. لێکۆڵینەوەکانیش ئاماژە بۆ تووشبوون بە نەخۆشی شێرپەنجەو دڵو ڕیخۆڵەکان دەکەن بەهۆی سۆسی ناو قوتووە کانزاییەکانەوە.

پێنجەم: خواردنەوە گازییەکان: بەهۆی زۆری یەکەی گەرمیو شەکرەکانو پێکهاتە دەستکردەکانەوە خواردنەوە گازییەکان بە یەکێك لە خواردنەوە ناتەندرووستەکان دادەنرێت؛ چونکە دەبێتە هۆی نەخۆشییەکانی ناودەمو زمانو دڵ، وێڕای نەخۆشیی شێرپەنجە، تەنانەت ئەو خواردنەوە گازییانەش کە بۆ لاوازکردن بەکاردێن، زیانبەخشنو پێویستە خۆمان لێیان بەدوور بگرین.

شەشەم: جیپس: پەتاتەی سوورەوەکراو خواردنێکی خێراو هەرزانە، تەنها بەکردنەوەی قوتووی جیپسەکەو خواردنی هەست بە تێری دەکەیت، بەڵام زیانەکانی جیپس زۆر زیاترە لە سوودەکانی؛ چونکە زۆر چەورەو یەکەی گەرمی بەرزە کە هۆکارە بۆ قەڵەویو کۆلیسترۆڵی خوێنو گوشاری بەرزی خوێن، هەروەها بوونی ئاوێتەی (ئەلەکریلامید) کە بە هۆکاری شێرپەنجە دادەنرێتو دەبێتە هۆی زۆر لە جۆرەکانی شێرپەنجە.

حەوتەم: نانو شیرینی لە ئاردی سپی: ئەو نانو شیرینیانەی لە ئاردی سپی درووست دەکرێن، ئەگەری تووشبوون بە جۆرەکانی نەخۆشی شێرپەنجە زیاد دەکات، بەکارهێنانی بەردەوامو دووبارە بوەوەی ئەو خواردنو شیرینیانەی لە ئاردی سپی درووستکراون، مەترسیی تووشبوونی شێرپەنجەی مەمك ٢٠٪ زیاد دەکەن، هەروەها ئەو خواردنانەی شەکریان بە ڕێژەیەکی بەرز تێدایە، هۆکارن بۆ گەشەی خانە شێرپەنجەییەکانو بڵاوبوونەوەیان.

هەروەها شەربەتو کێکو خواردنەوە گازییەکان لەبەر ئەوەی ڕێژەیەکی زۆری شەکریان تێدایە زۆر ناتەندرووستنو گرێ شێرپەنجەییەکان بۆ خۆراکیان پشت بەو شەکرانە دەبەستن. لەبەر ئەوە پێویستە هەرخواردنێك ناتەندرووستە لێی دوور بکەوینەوە؛ بۆئەوەی پارێزراو بین لە نەخۆشیی شێرپەنجە.



بۆ کوڕو کچە لاوەکانم

مۆمی ٤٩

و: ئاسیا سەلاح

بۆ داهاتوو بڕوانن!

زۆر جار خەڵکی، هەست بە سەرلێشێوانێك دەکەن لە مامەڵەکردنیان لەگەڵ سێ کاتەکە: ڕابوردوو، ئێستا، داهاتوو.. هەیە دەیەوێت داهاتووی وێنەیەك بێت لە ڕابوردووی، ئەگەر وەها نەبێت، خەم دای دەگرێت، هەیە لە ئێستادا دەژیو ڕۆچووە لە ناو خۆشی، لەزەت، خەمەکانیو کێشەکانیدا، هیچ کاتێکی نییەو وزەی لێبڕاوە بۆ ئاوڕدانەوەیەك لە ڕابوردوو، یان لەداهاتووی. خەڵکی وەهاش هەن، کە ئێستای لەدەست خۆی داوە، لە پێناو داهاتوودا، نازانێت کەیو چۆن پێی دەگات؟!

لەوانەیە ڕۆڵەکانم بپرسن: چۆن لەخەمی داهاتوودا بینو بۆچی؟ چۆن لە نێوان ئێستاو داهاتوودا هاوسەنگییەك پێك بهێنین؟ وەڵامدانەوەی ئەم پرسیارانە، لەم پێنج بڕگانەی خوارەوەدا ڕوون دەبێتەوە:

• خوای گەورە ئامۆژگاریمان دەکات، سەیری دوارۆژی خۆمان بکەینو چاوەڕێی سبەی بکەین، کاتێك لە سوورەتی (الحشر ١٨) دەفەرموێت: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَلۡتَنظُرۡ نَفۡسٞ مَّا قَدَّمَتۡ لِغَدٖۖ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَۚ إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرُۢ بِمَا تَعۡمَلُونَ ﴾. " ئەی ئەوانەی باوەڕتان هێناوە بە خودای گەورە، بڕوانو بزانن چیتان لە کارو کردەوە ئامادە کردووە بۆ سبەیو لە خودا بترسن، بەدڵنیاییەوە خودای گەورە ئاگادارە بە هەموو کارەکانتان".

لە ڕاستیدا موسوڵمانی پابەند، کەسێکی ئایندەخوازە لە ئاستێکی بەرزدا؛ چونکە هەموو جووڵەیەکی وەها دیاری کردووە کە بۆ ڕزگارکردنی لە ڕۆژی دوایدا پێویستە، ئێمەش دەبێت دەستبەرداری ئەم تێڕوانینە نەبینو هەر ئەوەش بناغە ڕەسەنەکەیە. خۆشەویستانم، داهاتووی ڕاستەقینە لە دنیادا نییە، بەڵکوو لە قیامەتدایە؛ چونکە ئەو ئایندە نەبڕاوەیەیە، کە تێیدا کات پارچە پارچە نییەو تا سەر لە تازەبوونەوەدایە، دەبێت ئەم ڕاستییە هەمیشە لە بیرتاندا پرشنگ بداتەوە. لە بەرەبەیانی هەموو ڕۆژێکدا، دووپاتی بکەنەوەو سووربن لەسەر ئەوەی ئەم ڕۆژەتان بۆ خودا بێتو لە پێناو ڕەزامەندیی ئەودا بەسەری ببەن، ئاوها دەبن بە ئەو کەسانەی کە بۆ داهاتوو کار دەکەن.

• ئێوە داهاتووی ڕۆشنتان دەوێت؟ تەنها یەك ڕێگا هەیە بۆ داهاتووی ڕۆشن، ئەویش ئەوەیە کە لە بڕیارەکانی ئەمڕۆدا بەهەڵەدا نەچن، هەمیشە جووڵەی ڕۆژانەتان بە ئاڕاستە درووستەکە بێت. قسەکردن لەسەر ئایندەیەکی گەش، بەبێ بوونی واقعێکی باشو بەبرەو، تەنها خۆخەڵەتاندنە، خەیاڵێکی بێبنەمایە کە زۆربەی خەڵکی گیرۆدەی دەبن. ئەوانەی بەو جۆرە هەر خەیاڵ دەکەن، داهاتوویان دەبێت بە نیشانەی گاڵتەکردن بە ڕابووردوویان، هەتا زیاتر پێ بگەنو هۆشیارتر ببنەوە، بە چاوێکی سووکەوە سەیری بارودۆخو ئاواتەکانی ڕابوردوویان دەکەن، هۆکاری هەموو ئەوانەش دەگەڕێتەوە بۆ گرنگینەدان بە ئێستایان بەپێی پێویست.

خۆشەویستانم، هەوڵ بدەن ئەوپەڕی ڕوونی هەبێت لە تێڕوانینەکانتاندا: ئامانجەکانتان بە ڕوونی دیاری بکەن، تێبکۆشن بۆ ناسینی ئەو ڕێگایانەی کە دەتان گەیەنێت پێیان، با ئەو ئامانجانەش هۆکارێك بێت بۆ گەیشتن بە ئامانجی باڵاتر، کە ئەویش دەستکەوتنی ڕەزامەندیی خودای گەورەیە. هەر بۆیە بەبێ دیاریکردنی ئامانجە ڕوونو یەکلاکەرەوەکان، هەموو کاتەکانتان بەفیڕۆ دەڕوات، وەك چۆن بەسەر زۆرینەی گەنجانی ئەم نەتەوەیەدا هاتووە، جگە لەوەی کە ئەو وزە زۆرەی تێتاندایە، متو کپ دەبێت، هەتا وای لێ دێت بەلاتانەوە، قسەکردن لەسەر پەرەپێدانی خود، دەبێت بە بابەتێك کە هیچ مانایەکی نییە.

• سوودوەرگرتن لە کاتو کارکردن بە ئەوپەڕی تواناوە، یەکێکە لەو شتانەی کە بەلای نەفسەوە گرانە، هەر بۆیە ئەگەر ئامانجێکی بەرزمان نەبێت، باوەڕێکی پتەومان پێی نەبێت، قوربانی لە پێناودا نادەین، لە نەفسی خۆمان ناگرینەوەو گوشاری ناخەینە سەر. سەرباری ئەمانەش، ئەگەر ئێمە ئامانجێکی ڕوونمان نەبێت؛ ئەوا لەبری سەرقاڵبوون بە کاری گرنگو مەزنەوە، ئیشی ئاسانو هەندێك جار بێبایەخ ئەنجام دەدەینو بەرەو ئەو جۆرە کارانە کێش دەبین.

• ڕۆڵەکانم، هەندێك کەس لە ئێستادا دەژی، بەڵام سەریان لێ شێواوە: ئەو جۆرە کەسانە چێژ نابینن لەو شتانەی کە لەبەر دەستیاندایە، هەرکات بڕێك پارەی دەست کەوت، دەیخاتە پڕۆژەیەکی تازەوەو لە خۆیو خێزانەکەشی دەگرێتەوە، هەموو ئەوەش کە دەیکات لە پێناو ئایندەدایە، ئیدی کاتێك گەنجی بەسەر دەچێت، هەست دەکات ئەو چێژەی کە بۆ ئەو پارەو کەلوپەلانەی کە کەڵەکەی کردبوون هەیبووە، هەتا ئەوپەڕی کەم بووەتەوە، ئەم جۆرە کەسانە ئەو وتە هۆشدارییە دەیانگرێتەوە کە دەڵێت: "لەو جۆرە کەسانە مەبە کە بەشی یەکەمی ژیانی لە حەزکردن لە بەشی دووەمی ژیانیدا بەسەر دەبات، بەشی دووەمی ژیانیشی، لە پەشیمانی بۆ بەشی یەکەمدا دەگوزەرێنێت"! هەموو ڕۆژەکانتان بە فەرمانبەرداری خودا بەسەر ببەن، تۆزێك پشوو بدەن بەخۆتان لە سنووری ڕێپێدراودا، لە پێناو داهاتوودا ئێستا لەدەست مەدەن، لە پێناو ئێستاشدا داهاتوو لەناو مەبەن، ئەوسا دەبینن کە لە ناوەندگرتنو نەرمیدا، زۆر شتی جوان خۆیان حەشار داوە.

• تێڕوانینو گرنگیدانمان بە ئایندە ئەو مەترسییەی لێ دەکەوێتەوە، کە ببێت بە خەمێکی سینەو ترسێکی بەردەوام، ببێتە ئەندێشەیەکی ڕەشو نیگەرانو بێزارمان بکاتو بمانکوژێت.

بەڕاستیش ئەوە ڕوودەدات، هەرکات تەمبەڵیو ناڕوونیو پشێوی بەسەرماندا زاڵ ببێت، جا با ئێمە دژ بەو سێ مەترسییە ژیان تاڵکەرە بجەنگێین، بۆ ئەوەی ئایندە ببێت بە سەرچاوەیەکی هیواو هاندەر، بۆ کارکردن، هەروەها ڕێبەرێك بۆ ڕێگای ڕاست.

لەسەرخۆبە بۆئەوەی خێرا بیت

و: چیمەن لەتیف

لەوانەیە قسەکەمان بۆ ئەوانەی بە شێوەیەکی باو بیردەکەنەوە، جێگەی سەرسوڕمان بێت، بەڵام ڕاستییەکەی ئەوەیە تاهێدیتر بین، خێراتر دەبین، یان بە زمانی کارگێڕی بڵێین: تا پشووت درێژتربێتو لەسەرخۆ بیر بکەیتەوە، دەتوانیت بەشێوەیەکی گەڕموگور کار بکەیت، گوشاری دەروونیت کەمتر دەبێت، سەرباری ئەمانە کارەکەت بەشێوەیەکی خێراتر تەواو دەکەیت.

زۆربەی کات ئێمە بە خێرایی کارەکانمان ڕادەپەڕێنین، وا گومان دەبەین بەوشێوەیە زیاتر بەسەر کاتەکانماندا زاڵ دەبین، بەڵام لە ڕاستیدا ئەودەمانەش کەم نین لە ڕاستکردنەوەی هەڵەکانماندا خەرجیان دەکەین، کە دەرهاویشتەی خێراییو پەلە پەلە.

وێنەکێشی بەناوبانگی چین (شو یۆنگ)، یەکێکە لە بەناوبانگترین وێنەکێشەکانی چەرخی حەڤدەهەمی زایینی، چیرۆکێك دەگێڕێتەوە، دواتر زۆر کاریگەری لەسەر ژیانی دانا لەبارەی کاتو پەیبردن بە کات.

ڕۆژێك بڕیاری دا سەردانی شارێك بکات، کە دەکەوتە ئەوبەر دەریا، سواری کەشتی بوو، پرسیاری لە ناخودای کەشتییەکە کرد: دەتوانرێت بەر لە نیوەشەو بگەینە ناوشار؛ چونکە کاتێك شەو دەبێتە دوو کوتەوە، دەروازەکانی شار دادەخرێن، ناخودای کەشتییەکە، چاوی لەسەر کۆمەڵێك کتێبو وەرەقە گیرسایەوە کە بە شلووشێواوی پێکەوە بەسترابوون، لە وەڵامدا گوتی: بەڵێ، بەمەرجێك لە ڕۆیشتنەکەماندا زیاد پەلە نەکەین!

کاتێك کەشتییەکە گەیشتە ڕۆخی دەریاکە، شەو زگەخشکێی بوو ڕووەو شار، وێنە کێشەکەمان (شۆیۆنگ)، ترسا دەروازەکانی شار دابخرێت، ئەوکات دەبێت بە نێچیری دزو دەستبڕەکان، بەشێوەیەك دەستی بەڕۆیشتن کرد نزیك بوو لە ڕاکردنەوە، لەپڕ ئەو داوەی پەرتووکو پەڕەکانی پێ بەستبوو پچڕا، کتێبو وەرەقەکان بەسەر زەویەکەدا بڵاوبوونەوە، بەخێرایی دەستی کرد بە گردکردنەوەیان، بەڵام لە کۆتاییدا دواکەوت، کاتێك گەیشتە دەروازەکانی شار وەختایەك بوو، دەروازەکان کلۆم درابوون.

لەوکاتەوە (شۆیۆنگ) تێگەیشت، گشت کات تاودان لە قازانجی وەخت نییە، پەلەکردن یەکێکە لەو شتە گرنگانەی هۆکاری ئاریشەو دواکەوتنە. کەسێك واگومان دەبات نرخی کاتو هەوڵدان بۆ دەست بەسەرداگرتنی بەوە دەبێت، بەخێرایی ژێیەکانی ژیان لێ بدەین. ئەمە ڕاست نییە، بەڵکو بەکارهێنانی کات لە بواری کاتگێڕیدا، بە نەخشەکێشانی نموونەیی دەبێت.

زانایان لە بواری کارگێڕیدا پێمان دەڵێن: هەر دەمژمێرێك بیرکردنەوە، سێ کاژێرکاتمان بۆ فەراهەم دەکات، ئەوەی لێرەدا جێگای پێکەنینە، زۆربەمان لە بێئاگاییەوە، وا دەزانین لە چرکەساتی بیرکردنەوە لە ئیشەکانماندا، دەبێت دەست بەکاربین، بەدەر لەوەی پلان دابنێین بۆ تەواوکردنی کارەکانمان، بەو بۆچوونەی ئەوان، نەخشەکێشان واتە: زایەکردنی زیاتر کات.

ئەگەر تەواشاکار بە تێفکرینەوە، سەیری ئەو مەردمانە بکات کە بەخێرایی کارەکانیان جێبەجێ دەکەن، تێ دەگات ئەو داماوانە نیوەی کاتو کۆششەکانیان لە ڕاستکردنەوەی ئەو هەڵەو بڕیارانەدا تەواو دەکەن کە پەلەیان تێدا کردووە.

گەر ئارامیان گرتباو کەمێك لەسەرخۆ بان، بە قازانج بۆیان دەگەڕایەوە.

خێرایی هەمووی چالاکی نییە.. لەوانەیە پەلەپەلی کەسی تەممەڵ، کارەکە بەرتەنگتر بکاتو ئارەزوویەکیش بێت بۆ تەممەڵی.. (عەباس مەحموود عەققاد).





ئایا تۆ خاوەن میزاجێکی باشیت؟

بۆئــەوەی بزانیت خاوەنی میزاجێکی باشو تەندرووســتیت، بەوردی وەڵامی ئەم پرسیارانە بدەرەوە:-

١- ئایــا دەڕۆیت بۆ نمایشــکردنی بێدەنــگ، واتە: (تەنها بە زمانی جەستە نمایشت کردووە)؟ أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

٢- ئایا لەنێو کتێبخانەکەتدا کتێبی نوکتەو قســەی خۆشــت هەیە؟ أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

٣- ئایــا هیچ کات بــۆت پێش هاتووە، لە مزگــەوت، یان لە شوێنێکی گشتیدا پێکەنینت لێ پڕا بێت؟

أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

٤- ئایــا خۆت نوکتەو قســەی پێکەنینــاوی، دەگێڕیتەوە بۆ هاوڕێکانت؟ أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

٥- ئایا سەیری ئەو فیلمانە دەکەیت کە خۆشو چێژبەخشن، لە بری شانۆگەری؟ أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

٦- ئایا ڕۆژانە، لانی کەم جارێك پێدەکەنیت؟

أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

٧- ئایا حەز بە کەناڵە تەلەفزیۆنییە کۆمیدییەکان دەکەیت؟

أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

٨- ئەگەر کەســێکت بینی، پێی هەڵخلیســکا لەســەر توێکڵە مۆزێك، ئایا پێدەکەنیت؟ أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

٩- ئایا حەز بە نوکتەی ناپەسەند دەکەیت؟

أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

١٠- ئایا هیچ کات بووە بە خۆت پێبکەنیت؟

أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

١١- ئایا هەندێجار کە بە تەنهایت پێدەکەنیت؟

أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

١٢- ئەگەر کەســێك بە هاوڕێیەکت پێکەنی، تۆ بێزار دەبیت، واتە: پێتناخۆشە بە هاوڕێکەت پێ بکەنن؟

أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

١٣- ئەگەر بە ڕێگەدا ڕۆیشتی، لەناکاو کەوتیت، واتە: کەوتیتە سەرزەوی، هەست بە شەرمەزاری دەکەیت؟

أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

١٤- ئایــا لە هەڵســوکەوتی منداڵانەدا هەســت بە میزاجێکی باش دەکەیت؟ أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

١٥- ئایا کاتێك کەسانی دی گاڵتەو سوعبەتت لەگەڵدا دەکەن، تۆ بێزارو تووڕە دەبیت؟ أ- بەڵێ. ب- نازانم. ج- نەخێر.

دابەشکردنی خاڵەکان:

١- لــە خاڵــی (یەکەم تــا یانزەیەم) بۆ وەڵامــی (بەڵێ دوو خاڵ)و بۆ وەڵامی (نازانم یەك خاڵ)، بۆ وەڵامی نەخێر (ســفر) دابنێ.

٢- لە خاڵی (دوانزەیەم تا پانزەیەم) بۆ وەڵامی (بەڵێ سفر)و بــۆ وەڵامی (نازانم یــەك خاڵ)، بۆ وەڵامی نەخێــر (دوو خاڵ) دابنێ.

ئەنجام:

* ئەگەر کۆی خاڵەکانت لە نێوان (٢٦-٣٠) خاڵ بوو؛ ئەوا تۆ خاوەنی میزاجێکی زۆر باشو ناوازەیت.

* ئەگەر کۆی خاڵەکانت لە نێوان (٢٢-٢٥) خاڵ بوو، خاوەنی خاوەن میزاجێکی باشیت.

* ئەگەر کۆی خاڵەکانت لە نێوان (١٨-٢١) خاڵ بوو؛ ئەوا تۆ میزاجت لە سەروو کەسی ئاساییەوەیە.

* ئەگەر کۆی خاڵەکانت لە نێوان (١٣-١٧) خاڵ بوو؛ ئەوا تۆ خاوەنی میزاجێکی ئاساییت.

* ئەگــەر کۆی خاڵەکانت لە نێوان (٩-١٢) خاڵ بوو؛ ئەوا تۆ میزاجت لە خوارووی کەسی ئاساییەوەیە.

* ئەگــەر کۆی خاڵەکانت لە نێوان (٥-٨) خاڵ بوو؛ ئەوا تۆ تاڕادەیەك کەسێکی میزاجیت.

* ئەگــەر کۆی خاڵەکانت لە نێــوان(٠-٤) خاڵ بوو؛ ئەوا تۆ کەسێکی خاوەن میزاجێکی باش نیت.



هەیاسو ماموٚستاکەی!



هەیاس هێشتا منداڵ بوو، ناوبانگی زیرەکییەکەی، شاری تەنی بوو، هەمووان بە قسەو بیروٚکەو زانستو لێهاتوویی‌و بوێری‌و بیرتیژییەکانی هەیاس سەرسام بوون، لە هەموو لایەکەوە خەڵکی باسیان لە هەڵوێستە ناوازەکانی ئەو منداڵە زیرە بەتوانایە دەکرد.

لە بابەتی ئەمجارەدا، باس لە وەڵامێکی هەیاسی خاس دەکەین، بوٚ ماموٚستاکەی!

هەیاس بە منداڵی لەلای ماموٚستایەکی ئەهلی زیممە، وانەی بیرکاری دەخوێند، ڕوٚژێکیان کوٚمەڵێك هاوڕێی ماموٚستاکەی هاتبوون بوٚ سەردانی جەنابی ماموٚستاو لە دەوری کوٚببوونەوە، لەبارەی ئاینەکەیانەوە ڕاوێژیان دەکرد، جەنابی ماموٚستا بەسەرسامییەوە بە هاوڕێکانی گوت: ئایا سەرتان سوڕنامێنێت لەم موسوڵمانانە، کاتێك ئەوان بانگەشەی ئەوە دەکەن، کە لە بەهەشتدا، هەر جوٚرە خواردنێك حەزی پێ دەکەیت، هەیەو بە ئارەزووی خوٚت لە خواردنو میوەکانی بەهەشت دەخوٚیت، بەڵام پیسایی ناکەیت، واتە: لە ڕێی پاشەڕوٚوە خواردنەکە فڕێ نادەیتە دەرەوە!

هەیاسی بچکوٚلانە، گوێی بوٚ قسەکانیان گرتبوو، کاتێك ئەم وتەیەی لە ماموٚستاکەی بیست، ئاوڕی دایەوە بوٚلایانو زوٚر بەئەدەبەوە گوتی: جەنابی ماموٚستا، سەبارەت بەو مشتومڕەی نێوانتان، دەتوانم قسەیەك بکەم؟

ماموٚستاکەی پێی گوت: بەڵێ، فەرموو قسە بکە..

هەیاس گوتی: ئایا هەموو ئەو خواردنەی ئێستا لە دنیادا دەیخوٚین، لە ڕێگەی پاشەڕوٚوە فڕێی دەدەینە دەرەوە؟

ماموٚستاکەی گوتی: بێگومان نەخێر.

هەیاس گوتی: ئەی کەواتە: ئەو خواردنەی دەیخوٚین بوٚ کوێ دەچێت، ئەگەر نەچێتە دەرەوە؟

ماموٚستاکەی گوتی: بەشێکی بوٚ خوٚراکی جەستەیەو مروٚڤ بوٚ وزەو بەڕێکردنی کارەکانی سوودی لێ دەبینێت، بەشێکی دیکەشی لە ڕێگەی پاشەڕوٚوە فڕێ دەدرێتە دەرەوە!

هەیاس گوتی: ئەگەر ئەو خواردنەی ئێستا لە دونیادا دەیخوٚین، بەشێکی بڕوات بوٚ خوٚراكو پێداویستی جەستە، ئەی کەواتە: بوٚچی جێگەی سەرسامییە، ئەگەر هەموو ئەو خوٚراکەی لە بەهەشتدا دەیخوٚین، ببێتە خوٚراکی جەستەمانو پێویستی بە فڕێدانە دەرەوە نەبێت؟!

بەم وەڵامەش ماموٚستاو هاوڕێکانی بێدەنگ بوونو قسەیەکیان بوٚ وتن نەما! چونکە بێگومان بەشێك لەو خوٚراکەی دەیخوٚین، دەبێتە هوٚی بنیاتنانەوەی خانەکانی جەستەمان، بەشێکی لە جەستەماندا دەمێنێتەوە؛ تا مروٚڤ وەکو سەرچاوەی وزە سوودی لێببینێت، بەشێکیشی لە ڕێگەی پاشەڕوٚوە دەکرێتە دەرەوە، پێشەوای ئازیز (سەلامی خودای لێ بێت) لەم بارەیەوە دەفەرموێت: إن نوحا لم يقم عن خلاء قط إلا قال: الحمد لله الذى أذاقنى لذته، وأبقى فى منفعته، وأخرج عنى أذى)، واتە: نوح سەلامی خودای لێ بێت: هەرگیز نەچووەتە سەرئاوە، واتە: پێویستی بە چوونە سەرئاو نەبووەو پیسایی نەکردووە، تەنها لە دوای هەر خواردنێك وتوویەتی: سوپاس بوٚ ئەو خودایە تاموچێژی ئەم خواردنەی پێ چەشتم، سوودو قازانجەکەشی بوٚ هێشتمەوە، ئازارو زیانەکەشی لێ دوورخستمەوە..

ئەم چیروٚکەو چەندین چیروٚکی دیکە، لە کتێبە مێژووییەکاندا بوونی هەیە، کە سەرجەمیان پشتگیری لە هەڵوێستو زیرەکی‌و لێهاتووی هەیاسی خاس دەکەن، هەر لە منداڵییەوە تا ئەو کاتەی ماڵاوایی لە ژیان دەکات، بەڕاستی هەیاس کەسێکی کەم وێنەبوو، دەکرێت بکرێتە پێشەنگو چاوی لێ بکرێت! هەیاسی خاس گەنجینەیەکی کەموێنەیە، بە دڵنیاییەوە هەیاسو ژمارەی ئەو کەسانەی هاوشێوەی هەیاسن، لەسەر زەوی زوٚر کەمن!



نووسینی: برایان ترەیسی/ وەرگێڕانی: هێشو والی

بیرکردنەوە نێگەتیڤەکان گەورەترین دوژمنی سەرکەوتنن

بیرکردنەوە نێگەتیڤەکان، گەورەترین دوژمنی سەرکەوتنن، بۆچی؟ بیری ئەو کاتەم کەوتەوە، کە زانیم چۆن ڕزگارم ببێت لە بیرکردنەوە نێگەتیڤەکان...

لەتەمەنی ٢١ساڵیدا بووم، هەژاربووم‌و لە تەنها ژوورێکی بچووکی شوقەیەکدا دەژیام، لە ناوەڕاستی زستانێکی زۆر ساردا بووین‌و بەدرێژایی ڕۆژ، لە بیناسازیدا کارم دەکرد.

وا ڕاهاتبووم، ئێواران نەمدەتوانی لە شوقەکەم بڕۆمە دەرەوە، بۆیە کاتێکی زۆرم بۆ بیرکردنەوە هەبوو...

ئێوارەیەکیان لەسەر مێزە بچووکەکەی چێشتخانەکەم دانیشتبووم، برووسکەیەك بەمێشکمدا هات، کە ژیانمی گۆڕی.

لەپڕ هەستم کرد بیرکردنەوە نێگەتیڤەکان سەرکەوتنەکانم لەناو دەبەن.

لەو ساتەدا بەڕوونی ئەوەم دەبینی، کە ئەگەر هەرشتێك لە ژیانمدا بگۆڕێت؛ ئەوا سەرکەوتن لەگەڵ منیشدا دەست پێ دەکات. ئەگەر من نەگۆڕام، هیچ شتێکی تر ناگۆڕێت، من بەرپرسیاربووم‌و پێویست بوو کارێك بکەم؛ تا سەرکەوتن بەدەست بهێنم.

بیرم لەو چرکەساتە دەکردەوە...

لە ترسان‌و شادی‌و دڵخۆشیدا، وەکو کەسێك بووم، کە یەکەمجاری بێت پەڕەشووت بەکار بهێنێت‌و باز هەڵبدات. من لەوێم، لە لێواری ژیاندا وەستاوم. بڕیارم داوە، باز هەڵبدەم. ڕەزامەندبووم، کە ئیتر لەو ساتە بەدواوە، بەرپرسیارێتیی ژیانی خۆم هەڵبگرم.

دەزانم ئەگەر ئەم بارودۆخەی بەردەمم جیاوازبێت؛ ئەوا هەموو شتێك بۆ من جیاواز دەبێت، لەوانەش سەرکەوتنم لە ژیانمدا بەرەو ڕووم دێت. بیرکردنەوە نێگەتیڤەکان دوژمنی سەرکەوتنتە.

گەورەترین دوژمن بۆسەرکەوتنەکانت لەژیانتدا بیرکردنەوە نێگەتیڤ‌و خراپەکانن بەهەموو جۆرەکانییەوەو لە هەموو کاتێکدا. دەترۆخێنێت، ماندوت دەکات، دوورت دەخاتەوە لە هەموو خۆشی‌و شادییەکانی ژیانت.

لە کاتی دەستپێکردندا، ئەوان بەشێوەی تاعوونێکی مێژوویی لەناوبەر کە خەڵکێکی زۆر، یان کۆمەڵگایەکی لەناو بردبێت، ئازارت دەدەن.

یەکێك لەگرنگترین ئامانجەکانت، ئەگەر دەتەوێت بەڕاستی دڵخۆشبیت؛ ئەوا خۆت لەدەستی بیرە نێگەتیڤەکان ڕزگار بکە.

زەفکردنەوەو پیشاندانی کارەکانت ڕەت بکەرەوە:

زەفکردنەوەو پیشاندانی کارەکانت، ئۆتۆماتیکی هۆکارێکی بیرکردنەوە نێگەتیڤەکانە.

کاتێك کارو ئامانجەکانت زەق دەکەیتەوە؛ تۆ دەتەوێت خەڵك ڕوونکردنەوەکەت لەسەر ئەو بابەتە پەسەند بکەن، بەڵام بەپێچەوانەوە، ئەوان ڕەتی دەکەنەوە.

تۆ کارەکەت زەق دەکەیتەوە؛ بۆئەوەی ڕێگەکانت شیبکەیتەوە، یان تیشکێکی ئارەزومەندانەی بخەیتەسەر، کارێکیش کە پێویستی بەم جۆرە ڕونکردنەوەیە هەبێت، مانای وایە هەست بە نائارامییەك، یان خراپییەك دەکەیت تێیدا.

لەسەرووی ڕاو بۆچوونی خەڵکەوەبە:

هەستیاری (دڵناسکی) ڕێگاخۆشکەرە بۆ خەڵك، بەجۆرێك مامەڵەت لەگەڵ بکەن، کە هەر ئەم مامەڵەکردنە هۆکارێك بێت، بۆ بیرکردنەوەی نێگەتیڤ.

ئەمە بۆ هەندێك کەسە، ئەمان کارەکتەرێکی تایبەتی تەواویان هەیە، کە بە چۆنێتیی قسەکردن لەگەڵیاندا، یان قسەیان بۆ بکەن، یان لەبارەیانەوە قسە بکەن، تەنانەت هەر سەیریشیان بکەن، ئەم جۆرە کەسانە تێ دەگەن، کە بەرانبەرەکەیان تێڕوانین‌و بیرو بۆچوونی بەرانبەر بەم چۆنە.

ئەوان ئەو هەستە ناباشانەیان، لە ناباشییەکانی کەسێتیی خۆیانەوە دەردەبڕن. ئەگەر بیروڕای نێگەتیڤ بۆ بەرانبەرەکەیان دەربببڕن، بەڕاستی بێت، یان تەنها بەخەیاڵ بێت؛ ئەوا زیانلێکەوتووەکە ڕاستەوخۆ (تووڕەبوون، شڵەژان، شەرم، خەموپەژارەو نائومێدی) پێوە دیار دەبێت.

چۆن بیرە نێگەتیڤەکان بوەستێنین؟

دژەژەهری هەموو جۆرەکانی بیرە نێگەتیڤەکان، ئەوەیە تۆ بەتەواوی بەرپرسیارێتی، لە ئاستی بارودۆخەکانتدا هەڵبگریت.

ناتوانیت ڕستەی "من بەرپرسم" بەکار بهێنیت‌و هەر بەتووڕەییش بمێنیتەوە.

زۆربەی زۆری هەڵسوکەوتکردنێکی بەرپرسانە، وا دەکات دەمارەخانەکانت بەزوویی وەڵام بدەنەوەو هەموو بیرە نێگەتیڤەکانت هەڵبوەشێننەوە، کە لەوانەیە بۆخۆتت پێشبینی کردبێت.

دەرەنجام:

بەهەموو جۆرێك بیرە نێگەتیڤەکان لەخۆت دوور بخەرەوە. لەم ساتەوە بڕیار بدە، نەهێڵیت کەمی متمانەبەخۆبوون، دەست بەسەر ژیانتدا بگرێت.

ئێستا تۆ بڕیارت داوە، خۆت دەست بەسەر ژیانتدا بگریت، ئاستی متمانەبەخۆبوونت بدۆزەرەوەو توانا شاراوەکانت دەربخە.

تێپەڕاندنی ناڕەحەتییەکان

هەژار سەعید

بە دڵنیاییەوە، ئەستەمەگەر بتەوێت گۆڕانکاری لە ژیانتدا بکەیتو هیچ کێشەیەك نەیەتە سەر ڕێت، هەرچەند هەوڵ بدەیت ژیانت ڕێك بخەیتو بەبەرنامە کاروبارەکانت بەئەنجام بگەیەنیت؛ ژیان هەر کۆمەڵێك کۆسپت بۆ دێنێتە پێش، کە هەر چاوەڕێشت نەدەکردو بە خەیاڵتدا نەهاتووە. کاتێ دەکەوینە ناو کێشەو ناڕەحەتییەکەوە، قورسە باشی ئەو ڕووداوە ببینینو بتوانین بەئاسانی لێی دەر بازبین. بۆیە ئەم خاڵانە دەخەینە ڕوو، بۆ ڕووبەڕووبوونەوەو تێپەڕاندنی ئەو ڕێگرانەی دێنە بەردەممان:

١. خۆت بە دەستەوە مەدە: ئەو کارانەی کە کۆتاییەکی باشو داهاتوویەکی گەشیان هەیە، بەدەستهێنانیان ئاسان نییە. هەر بۆیە پێویستە چاوەڕێی ئەوە بکەیت، کێشەو ناڕەحەتیت ڕووبەڕووبێتەوەو خۆت ئامادەبکەیت بۆ دۆزینەوەی ڕێچارەی گونجاو بۆ تێپەڕاندنیان..

٢. دان بە هەڵەی خۆتدا بنێ: ئەگەر خۆت هۆکارێك بوویت لە درووستبوونی ئەو کێشەیەدا، ئەوا دان بەو ڕاستییەدا بنێو بە دوای چارەسەردا بگەڕێ بۆیو هەنگاو بەرەو پێش بنێ، لەوەی کە ڕووی داوە، واز لە لۆمەکردنی خۆت بێنە؛ چونکە مرۆڤ نییە هەڵە نەکات..

٣. بە پێچەوانەی تەوژمی ئاو مەلە بکە: ڕازی مەبە بەوەی کە تەنها لەگەڵ ڕەوتی ئاودا مەلە بکەی، لەبیرت بێت کە ئەوە کارێکی ئاسانە، بۆیە تۆ هەوڵ بدە ڕێگەیەك بۆ خۆت بدۆزیتەوە، بەپێچەوانەی شەپۆلی دەریا بێت، نەك خۆت بخەیتە بەر شەپۆلەکان، لە یادی نەکەی کە تەنها ماسی مردوو لەگەڵ شەپۆلەکاندا بەرەو خوار دەڕوات، هاوشێوەی ئەو کەسانەی هیچ چارەسەرێکی گونجاویان لانییە بۆ کێشەکانی ژیانیان..

٤. ئامادە بە: ئێمە هەمیشە هەوڵ دەدەین پارێزگاری لە خانوو، سەروەتو سامانەکەمان بکەین، ئەی بۆچی ئامادە نەبینو هەوڵ نەدەین هیواو ئارەزووەکانمان بە هەمان شێوە بپارێزین، کە بەشێکی گرنگن لە ژیانماندا؟ لەبەرئەوە هەمیشە هەوڵ بدە کە بەرنامەیەکی دانراوت هەبێت بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی پێشهاتە خراپەکان.

٥. لێبوردەبەو لە بیریشی بەرەوە: هەندێ لە مرۆڤەکان بە درێژایی ژیانیان ڕقو کینە لە دڵی خۆیاندا دەهێڵنەوەو خۆیان ئازار دەدەن لە ئەنجامی هێشتنەوەی ئەو ڕقەدا، بەڵام تۆ لێبوردە بەو هەموو ئەوانەشی ڕوو دەدات لەبیر بکە؛ هەتا کاریگەری نەکاتە سەر بڕیارو هەڵسوکەوتەکانت.



وەڵامی بەجێ



* لاوێك لە پیرەمێردێكی دونیادیدەی پرسی: ئەگەر دڵێك شكا، دەتوانێت دڵێكی دی هەڵبژێرێت؟
پیرەمێردی دونیا دیدە گوتی: بێگومان دەتوانێت.
لاوەكە گوتی: مەگەر دەتوانیت لەپەرداخی شكاودا ئاو بخۆیتەوە..
پیرەمێردەكە گوتی: مەگەر دەكرێت لەبەرپەرداخێكی شكاو، تەركی ئاوخواردنەوە بكەیت؟!

* قوتابییەكی موسـوڵمان لە زانكۆیەكی ئەمریكی لـە بەیرووت دەیخوێند، ئەم قوتابییە زۆر گرنگـی بـە نوێژەكانـی دەداو ڕۆژانە بۆ هەر نوێژێك دەسـتنوێژی دەگرت، ڕۆژێكیـان وانەبێژێكی ئەمریكی تێبینی كرد، كە قوتابییەكە لە حەوزی ئاوەكە دەستنوێژ دەگرێت، كاتێك بینی قاچەكانی دەشـۆرێت، بەتووڕەییـەوە بەسـەریدا هاواری كردو گوتـی: چۆن دەكرێت لـە حەوزێك قاچەكانت بشۆریت، كە ئێمە دەموچاومانی لێ دەشۆرین؟
قوتابییەكـەش بە ئارامی گوتی: بەڕێزتان ڕۆژانە چەند جار دەموچاوتان دەشـۆرن؟ وانەبێژە ئەمریكییەكە گوتی: ڕۆژی جارێك، لە بەیانیاندا دەموچاومان دەشۆرین..
قوتابییەكە گوتی: من ڕۆژی پێنج جار قاچەكانم دەشۆرم.. ئێستا تۆ پێم بڵێ، قاچێك پاكترە، كە ڕۆژی پێنج جار دەشۆرێت، یان ئەو دەموچاوەی كە ڕۆژی یەك جار دەشۆرێت؟!

* هەیاسی خاس دەڵێت: هەرگیز هیچ كەس بەسەرمدا زاڵ نەبووە كەسێك نەبێت..
ئەو كاتەی لە بەسـرە قازی بووم، پیاوێك هاتە دادگا تا شـایەتی لەسەر سنووری باخێك بدات، تـا پێم بڵێ تا ئەو شـوێنە موڵكی فلانەكەسـە.. منیش پێم گوت: دەتوانیت ژمـارەی درەختەكانی باخەكەم پێ بڵێی؟
كابرا كەمێك بێدەنگ بوو، پاشان گوتی: چەند ساڵە جەنابی قازی لەم دادگایە دەوام دەكەن؟
گوتم: ئەوەندە ساڵە..
گوتی: دەتوانیت پێم بڵێی سەقفی ژوورەكەت چەند داری تێدایە؟!
ئەو كات گوتم، بەڕاستی تۆ لەسەر حەقی، ناچار شاتییەكەیم لێ وەرگرت!

* ئیمـام حسـێن لەو كاتەی بە ڕێگاوە بوو بـەرەو عێراق، لە ڕێگەدا گەیشـت بە فەرزدەقی شـاعیر، سـەبارەت بە حاڵی خەڵكی پرسیاری لێ كرد.. فەرەزدەق گوتی: دڵی خەڵكی لەگەڵ تۆدایە، بەڵام شمێشرەكانیان لە دژی تۆیە، سەركەوتنیش لە خوداوەیە!

ئازار دەڕوات، بەڵام جوانی دەمێنێت.

پێیر ڕێنوار- هونەرمەند

ئەو کەسەی تەنها لە سنووری تواناکانیدا دەژی، خاوەنی خەیاڵێکی ناتەواوە..

ئۆسکار وایڵد - نووسەر

یەکێك لە گەورەترین دوژمنەکانمان، ئەو هاوڕێیانەن، کە زۆرترین
کاتمان بەفیڕۆ دەدەن

ع. ش. شێرکۆ -نووسەر-

ڕەفاهیەتی ژیانم بدەرێ، بە ڕازیبوونی خۆم، واز لە زەروریاتی ژیان دێنم

فرانك لوید ڕایت-
ئەندازیاری تەلارسازی

بۆ گەیشتن بە شتێکی بەنرخ، پێویستە واز لە شتێکی دی بهێنن!

بێرناد دیفلن- سیاسەتمەدار

گۆرانی بلێ بۆ ژیان



کاریگەریی هێزی خەیاڵ

ئامادەکردنو وەرگێڕانی: ناز سەعید

خەیاڵ بریتییە لە چالاکیو ڕاهێنانی جۆراوجۆری مێشکو تەنها کاری عەقڵ نییە، بەڵکو هێزو توانای تایبەتی مرۆڤیش بۆ بیرکردنەوە لەو شتانەی کە بوونیان هەیە، یاخود دەکرێت بێنە بوون.

جۆرەکانی خەیاڵ

خەیاڵ چەندین جۆرو بەشی هەیە لەوانەش:

خەیاڵکردن لە دەرەنجامی بیرکردنەوەوە: ئەم بەشو جۆرەی خەیاڵ دەرهاویشتەی هزرە، بەوەی کە مرۆڤ بیر دەکاتەوە لەو شتانەی لە ڕابوردوودا ڕوویان داوەو پێیاندا تێپەڕبووە. هەروەها بیرکردنەوەیە لەو ڕووداوگەلەی دەکرێت لەداهاتوودا ڕوو بدەنو بێنە بوون.

خەیاڵکردنی خەونو هیواکان: ئەم جۆرەش، بیرکردنەوە، یاخود (وێناکردنی هزری) مرۆڤە لەبارەی شتانێك، کە ڕەنگە زۆر دوور بن لە واقیعی ژیانییەوە، کە دەربڕی هیواو ئاواتەکانییەتی. گەرچی هەندێکجار مرۆڤ تووشی غەمو نائومێدی دەبێت دوای گەڕانەوەی بۆ جیهانی واقیعیو دابڕانی لە خەیاڵەکانی.

خەیاڵکردنی زنجیرەیی: بریتییە لەو جۆرەی کە مرۆڤ هەموو ئەو ڕووداوانەی دێتەوە بیر، کە پێیاندا تێپەڕبووە بە هەموو وردەکارییەکانییەوە، هەروەك ئەوەی ئێستا لەبەردەمیدا یەك لەدوای یەك، وەك زنجیرە پیشانی بدرێنەوە.

خەیاڵکردنی کاتی نووستنو دوای بەئاگاهاتنەوە: خەیاڵکردنو بیرهاتنەوەی ئەو خەونانەی مرۆڤ دەیانبینێت.

خەیاڵکردن بەهۆی بێبەشکردنی کەسێك لە شتانێك کە ئاواتی بۆ دەخوازێت: کاتێك مرۆڤ تەمەننای شتانێك دەکاتو لێیان بێبەش دەکرێت؛ ئەوا جیهازی دەماری مێشکی هەڵدەستێت بە بیرکردنەوە لەو شتانەو پیشاندانیان بەو شێوەی لە واقیعدا ئاواتی بۆ دەخوازێت، بۆ پڕکردنەوەی ئەو بۆشاییانەی بەهۆی ئەو زەوتکردنو بێبەشکردنەوە درووست بوون.

خەیاڵی داهێنەرانە: ئەو جۆرەیە لە خەیاڵو بیر، کە مرۆڤ، هەموو هەستەکانی، بۆ بەرهەمهێنانی جۆرەها بیرو هزری داهێنەرانە بەکار دەهێنێت، وەك خەیاڵی زانایانو نووسەران.

کاریگەرییەکانی خەیاڵ

زۆرینەی پزیشکانو چارەسەرسازانی مرۆیی، بڕوایان بە هێزی کاریگەریی خەیاڵ هەیە لە چارەسەرکردنی زۆر لە نەخۆشیو کێشە جەستەییو دەروونییەکاندا. وەك بەهێزکردنی سیستمی بەرگریی لەشو گوشاری خوێنو ناڕێکی لێدانەکانی دڵو تەنانەت لە چارەسەرکردنی کێشی زیادەی لەش (قەڵەوی)شدا!!

باشترین ڕێگەی بەکارهێنانی هێزی خەیاڵ

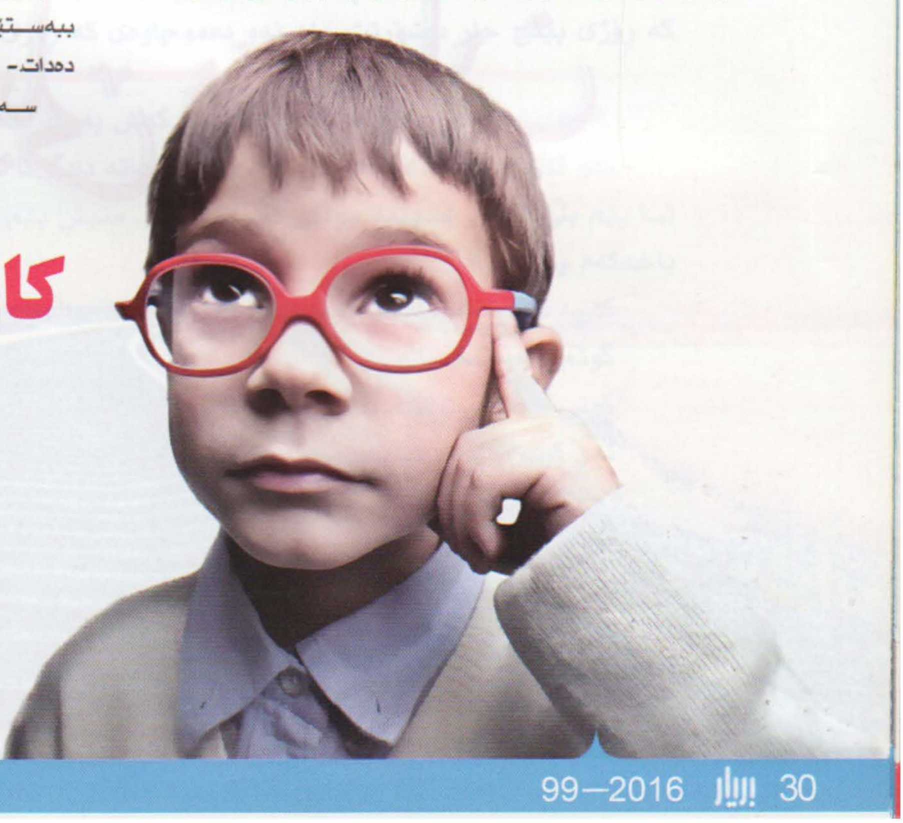
زانایانو پزیشکان ڕێنماییمان دەکەن کە لە کاتی بوونی کێشەیەکدا پێویستە وا هەست بکەین، یاخود وا خەیاڵ بکەین، کە ئێمە ڕووبەڕووی کێشەکە وەستاوینو بەربەرکانێی لەگەڵ دەکەینو لەگەڵیدا دەجەنگین، هەتا سەرکەوتن بەدەست دەهێنین... ئەوەی گرنگە ئەوەیە، پێویستە ئەم ڕاهێنانە چەندین جار لە هزرو بیری خۆماندا دووبارە بکەینەوە؛ چونکە بە چەند بارە کردنەوەی ئەگەری بەدەستهێنانی سەرکەوتنمان زۆرتر دەبێت.

کاتی ئەنجامدانی ڕاهێنانەکە

باشترین کات بۆ ئەم ڕاهێنانە، ڕاستەوخۆ پێش نووستنە، کە هزری ناخودئاگای ناوەکی کار دەکات لەسەر چەسپاندنی ئەو خەیاڵانەی وێنا دەکرێن لە مێشکداو کاریگەری بەهێزی دەبێت. بەڵام دەکرێت پرسیار بکرێت ئەگەر دوای ئەنجامدانو چەند بارەکردنەوەی ئەم ڕاهێنانەش هێشتا کێشەکە چارە نەبوو. ئایا گرفت لە کەسەکەدا هەیە، یاخود لە شێوازی ئەنجامدانی ڕاهێنانەکەدا؟

بۆ وەڵامی ئەمە زانایان دەڵێن: زۆرینەی کەسەکان، ناتوانن ئەنجامی باش بەدەست بهێنن بۆ چارەسەری کێشەکانیان؛ چونکە خۆیان دەخەڵەتێننو بە باشی ڕاهێنانەکە ئەنجام نادەن، یاخود بڕوایان لاوازەو دەڵێن: پێویستە ئەو کەسە هەست بە کێشەکەی بکات بە هەستکردنێکی قووڵو پاشان خەیاڵی ئاراستە بکاتو بە هەر (پێنج هەستەکەی) تەرکیز بکاتو بەردەوام بێت لەسەر ڕاهێنانەکە بۆ ماوەیەکی دوورو درێژ بە مەبەستی ڕاهێنانی هزری ناخودئاگای، هەتا ئەو خەیاڵانە دەبنە بەشێکی سەرەکی لە بیروباوەڕیو لەگەڵ ئەوەشدا پشت بە هێزی مەزنی ئیلاهی ببەستێت بۆ گەیشتن بە چارەسەرو بەدیهێنانی ئەوەی هەوڵی بۆ دەدات-

سەرچاوە: (Success Skills) وێبسایتی مهارات النجاح)





هێزی زمان

زاهیر زانا

لەکۆنەوە وتراوە زمان ئێسکی نییە، بەڵام دەتوانێت ئێسک بشکێنێت، نەك تەنها ئەوە، دەتوانێت مەملەکەتێك وێران بکات، یاخود ئاوەدانی بکاتەوە، دەتوانێت دڵانێك زویر بکاتو خەندەکان بتۆرێنێت، لە هەمان کاتدا دەتوانێت شادیبەخش بکاتەوەو دڵو دەروونەکان بهەژێنێت، زمان دەتوانێت زستانێك بکات بە بەهارو خەرمانی بەهارێك بسووتێنێت، زمان لەیەك کاتدا ئاوەو ئاگرە، دەردەو دەرمانە، زمان گەرچی ئەندامێکی بچووکە، بەڵام گۆڕەپانێکی گەورەی کاریگەری هەیەو دەتوانێت ببێتە هۆکاری خێری زۆر مەزن، هەروەك چۆن لە باریدا هەیە ببێتە سەرچاوەی خراپەی زۆر گەورە، ئەوەی بەزمان دەکرێت، زۆرجار بەهێزو تۆپو تەیارە ناکرێت، زمان دەتوانێت ببێتە ڕێنموونیکەرو چرای ڕزگاری بۆ دەوروبەر، بەڵام گەر خاوەنەکەی خراپ بەکاری بهێنێت؛ دەکرێت ببێتە هۆکارێك بۆ بوهتانو تاوان درۆکردنو ئاژاوە نانەوە، زمان چەکێکی دووسەرەو خۆشبەختی بۆ ئەو کەسەی دەیکاتە مایەی سەرفرازی، زۆر سەری سەوز، زمانی سوور بڕیویەتیو لەناوی بردووە، زۆر جەنگی داگیرساندووەو زۆر ئاژاوەشی کوژاندۆتەوە، ئەم دووجەمسەرییەی زمان، هیچ گوناهێکی ئەوی تێدا نییەو ئەوە چۆنێتی بەکارهێنانی ئەو دەگۆڕێت، ئەگینا لەڕووی فسیۆلۆژییەوە پارچەیەك گۆشتی بچووکەو حەڤدە ماسوولکەی بەهێزی پێوەیەو یارمەتیی ژیانمان دەداتو توانای جیاکردنەوەی (٢٥٠٠٠) تامی جیاوازی هەیە.

زۆر گرنگە ئاگاداری زمانمان بین لەبەر ئەوەی مرۆڤ هەگبەیەکەو نازانی چی لەناخیدایە، تا زاری نەکاتەوە نرخو بەهای دەرناکەوێت، وەك مەولانا دەڵێت: (آدمی مخفیست در زیر زبان.. این زبان پردەست بر درگاه جان). بێگومان زۆرجوانی فەرمووە، کە مرۆڤ شاراوەتەوە لەژێر زمانیداو زمان پەردەیەکە لەسەر دەرگای گیانی مرۆڤو بەلاچوونی ئەوپەردەیە، ئیدی دەردەکەوێتماڵی دڵو دەروونمان گەوهەری تێدایە، یاخود پڕ لەمارو مێروو و گیانەوەری ناشرینو زیانمەندە.

زمان وەرگێڕی دڵی مرۆڤەو ئەوەی لەدەروونی مرۆڤدا بێت بەیانی دەکاتو دەیخاتە ڕوو، بۆیە زۆر پێویستە پەروەرشیاری دڵو دەروونی خۆمان بینو لە کێلگەی دڵماندا نەمامی بەکەڵكو فەڕو گوڵی بۆنخۆشو جوان بچێنینو بژاری کەین لەخۆپەسەندیو ڕقو کینەو غەیبەتو بەغیلی، دەروونمان پڕ بکەین لە حەقدۆستیو خێرو خۆشیمان بۆ دەوروبەر بوێتو تێبکۆشین؛ بۆئەوەی بەرێگای ڕاستدا بڕۆنو زمانپاراوو زمانپارێزبینو بزانین وشە کەلەزار هاتە دەر، وەك تیر وایە کە لە کەوان دەردەپەڕێت، ئیتر ناگەڕێتەوە شوێنی خۆی، بیرمان بێت خوای گەورە دوو گوێو زمانێکی پێ بەخشیوین، بۆیە دەبێت هەمیشە کەمتر قسە بکەینو زیاتر گوێ بگرین؛ چونکە مرۆڤ تا زیاتر بدوێ، ئەگەری هەیە زیاتر هەڵە بکاتو قسەکانی شوێنی خۆیان نەگرنو ببنە هۆکاری بریندارکردنی دەوروبەرو دروستکردنی کێشەو گرفت، لە پێناو بەکارهێنانی دروستو تەندروستی زمان، کە یەکێکە لە بەخششەکانی خوای گەورە، ئەم چەند خاڵە دەخەینە ڕوو:

١. پێش ئەوەی قسە بکەیت، زۆر باش بیری لێ بکەرەوەو هەڵسەنگاندنی بۆ بکەو بیدە لە چەند فلتەرو هێڵەکێك، بزانە بۆچی ئەم قسەیە دەکەیتو ئایا دەبێتە مایەی خێر، یاخود شەڕی لەچاکەی زیاترە، پاش شەنو کەوکردنی بڕیار بدەو ئەو کاتە پەیامەکەت بگەیەنە.

٢. وشەی بریندارکەر بەکار مەهێنەو هەوڵ بدە هەستی کەسانی بەرامبەرت بریندار نەکەیتو ڕێزی بیرو بۆچوونەکانیان بگرەو بەدوای کەموکورتییەکانیاندا مەگەڕێ، وەك ئیمامی شافیعی دەڵێت: (بەزمانت باسی عەیبی خەڵکی مەکە، تۆش عەیبت هەیەو خەڵکیش زمانیان هەیە).

٣. زمانپاراو بەو هەوڵ بدە وشەکانت سادەو ڕەوانو نەستەق بنو با ئەو کەسانەی قسەیان بۆ دەکەیت لە قسەکانت تێ بگەنو پەیامەکانت ڕوون بنو خۆت لەو دووبارەکردنەوە بپارێزە.

٤. با قسەکردنەکانت کەمو پوخت بێو هەوڵ بدە بە کەمترین کات زۆرترین پەیام بگەیەنیتو درێژدادڕ مەبە.

٥. ئاگاداری ئەو وشانە بە، کە بەکاری دەهێنیت؛ چونکە زۆر وشەو دەستەواژە هەیە، دەگونجێت واتای جیاواز ببەخشێت، بۆیە هۆشیار بە ئەو وشانەی بەکاری دەهێنیت بەشێوازێکی تر لێك نەدرێتەوە، یاخود پەیامەکەت بەهەڵە نەگەیەنێت.

٦. ئاگاداری زمانت بە بزانە چی دەڵێیت؛ چونکە هەرچی دەیلێیت تۆمار دەکرێتو لەسەری بەرپرسیاریت، ئەوەتا خوای گەورە دەفەرموێت: ﴿ مَا يَلْفِظُ مِن قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ ﴾ ق: ١٨.

ئازیزانم، یەکێك لەو پێناسانەی کە لە کۆندا فەیلەسووفەکان بۆ مرۆڤیان کردووە، وتویانە: مرۆڤ بوونەوەرێکی گۆیایە، بۆیە پێویستە لەم بەهرەیە، بەهرەوەر بینو بیکەینە مایەی خێرو خۆشیو بەهەشتێکی پێ دروست بکەینو بەهەشتێکی پێ بکڕین.

ئەو هەشت خواردنەی پێش نووستن نابێت بخۆرێن!

و: ئەکرەم ئەحمەد



خراپترینی ئەو خواردنانە چین، کە دەکرێت پێش نووستن بیان خۆن؟

ئایا پێشتر ئەم پرسیارەتان ئاڕاستەی خۆتان کردووە؟ ئەمڕۆ ئێمە لە ڕێگەی ئەم کورتە باسەوە، لەڕووی تەندرووستییەوە وەڵامی پرسیارەکەتان پێشکەش دەکەین، لە ڕێگەی ناساندنی خراپترین خواردنەکانی پێش نووستن.

١- ڕۆنی فستەق:

ڕۆنی فستەق بە ڕۆنی چەرەسات، یان ڕاشی دەناسرێت، ئەگەر پێش نووستن بخورێت، لەبەر ئەوەی لە چەندین گەرمۆکەی بەرز پێک دێتو چەورییەکان لە لەشدا هەڵدەگرێت، دەبێتە هۆکاری زۆربوونی کێش.

٢- خواردنەوە گازییەکان:

خواردنەوە گازییەکان بۆ ماوەی چەندین کاتژمێر، بەبێداری دەتانهێڵێتەوەو ڕێگری لە نووستنتان دەکاتو لەگەڵ ئەوەشدا پڕە لە شەکر کە هۆکارە بۆ زیادبوونی کێش، بەتایبەتی ڕاستەوخۆ پێش نووستن.

٣- شیرینی:

لەخراپترین ئەو خواردنانەی کەبەکاردێت بۆ خواردن پێش نووستن، بریتییە لە شیرینی؛ چونکە:

یەکەم: دەبێتە ڕێ لە خەوێکی خۆشو باش دەگرێتو دەبێتە مایەی خەوبینین بەشتی ترسناکەوە.

دووەم: شیرینی لە ڕێژەیەکی بەرز لەشەکر پێکهاتووەو هۆکارە بۆ زۆربوونی کێشو درووستبوونی قەڵەوی.

٤- قاشە جبسی پەتاتە

بەجۆرێك ئێوە دەتانەوێت کێشتان دابەزێ پێویستە خۆتان دوورەپەرێز بگرن لە خواردنی قاشە جبسی پەتاتە، پێش ڕۆیشتن بۆ نووستن؛ لەبەرئەوەی ژمێکە لە چەندین گەرمۆکەی زۆر بەرز پێکدێتو هۆکارە بۆ زۆربوونی کێش بەئاسانی.

٥- جۆرەکانی گۆشت

شتێکی باش نییە بەکارهێنانو خواردنی هەر جۆرێك لە جۆرەکانی گۆشت پێش نووستن؛ چونکە کاتێکی زۆری دەوێت بۆ هەرسکردن، ئەمەو ئەو گۆشتانەی کە پڕن لەچەوریو پرۆتینات سەرقاڵ دەبێت بەهەرسکردنیانەوەو بەدرێژایی شەو نائارامەو ئەو مرۆڤە هەست بەبێزاربوون دەکات.

٦- نان

نانخواردن لە کاتی درەنگانی شەودا، هەڵبژاردنێکی گونجاو نییە بۆ ئەو کەسانەی کە گرنگی بەکێشی خۆیان نادەن، بەڵکو پێویستە خۆیان لە نانخواردن بەدوور بگرن پێش نووستن لەبەر ئەوەی لە کاربۆهیدرایتو ترشەڵۆکەکان پێك دێت کە ئارەزووی خواردن زیاد دەکاتو کێشت پێی زۆر دەبێت.

٧- پیتزا

پیتزا ئاسانەو خۆشە، بەڵام لە گەرمۆکەی بەرز پێك دێتو خواردنی پێش نووستن، مرۆڤ وا لێ دەکات بەشێوەیەکی گەورەو خێرا کێشی بەدەست بهێنێت، لەگەڵ ئەوەشدا ئەو سۆسی تەماتەیەی کەلە پیتزادا هەیە، پڕە لە ترشیو دەبێتە هۆکاری گەڕانەوەی ترشەڵۆکی گەدە.

٨- ساردەمەنی:

وێڕای ئەوەی خواردنێکی خۆشەو گەرمی دادەبەزێنێتو بە یەکێك لەو خواردنە خراپانە دادەنرێت، کە دەکرێت پێش نووستن بخورێت، بەڵام ڕێژەیەکی بەرز شەکری تێدایەو لەگەڵ ئەوەشدا پڕە لە چەوری کە یارمەتیدەری قەڵەوییە لە لەشدا.

مووچەی مامۆستایان لە جیهاندا

باوکی سایە

مامۆستایان، ئەو پێشەنگو رابەرەن، هەمیشە لە پێناوی پێگەیاندنی نەوەیەکی هوشیارو پرزانستو پێشکەوتوودا هەوڵیان داوە، مامۆستایان، ئەو چینو توێژەن کە سەرجەم چینو توێژەکانی دیکەی کۆمەڵگە (پزیشک، دادوەر، ئەندازیار، ...هتد)، لە ژێر دەستی ئەواندا پەروەدە دەبنو فێر دەبن.. کاتێك توێژی ئەندازیارانو پزیشکانی ئەڵمانی، سەردانی راوێژکاری ئەڵمانیا خاتوو (ئەنگێلا مێرکڵ)یان کردبوو، داوایان کردبوو کە مووچەکانیان، هاوتای مووچەی مامۆستایان بکرێت، خاتوونی بەرێز، بەو شێوەیە وەڵامی دابوونەوە: بە کام لۆژیك داوا دەکەن، کە مووچەتان هاوتای مووچەی مامۆستایان بکرێت، لە کاتێکدا خۆتانو هەموو چینو توێژەکان، پەروەردەی دەستی مامۆستان!

کاتێك لە سەرۆکی یابانیان پرسی: چۆن بەو شێوەیە پێشکەوتن؟ لە وەڵامدا گوتی: رێزو شکۆی سەرۆکمان لە ماماۆستا گرت، مووچەمان هاوتای مووچەی وەزیر کرد، ژیانی وەکو کەسێکی دیبلۆماسیمان بۆ فەراهەم کرد.. ئەوە هۆکاری پێشکەوتنمانە. ئەمانە لۆژیکی وەڵامدانەوەن، هەر گەلێك ئەوە ئایدیاو بیروڕای لێپرسراوو کاربەدەستو سەرکردەکانی بێت، بێگومان ئەو گەلو سیستەمو وڵاتە، هەمیشە لە پێشەنگدا دەبن.

لەم بابەتەدا تەنها مووچەی مامۆستایان لە چەند وڵاتێکی جیهاندا، دەخەینە روو.. تا بزانین ئێمەی کورد لە کوێی هاوکێشەکەداینو سەرکردەکانیش بزانن، وڵاتان چۆن گرنگی بە مامۆستایان دەدەنو هاوکات ئەوانیش چۆن پشتگوێیان خستوون!

١. وڵاتی یابان.. بەرزترین مووچەیان هەیە، مووچەی مانگانەی مامۆستا، ٧٧٨٠ دۆلارە. واتە: ساڵانە ٩٣٣٦٠ دۆلارە.

٢. وڵاتی لۆکسەمبۆرگ، لەم وڵاتەدا بەپێی راپۆرتی OECD مووچەی سەرەتایی مامۆستا، واتە: یەکەم دامەزراندن، ساڵانە دەگاتە ٧٣٠٠٠ دۆلار.

٣. وڵاتی کەنەدا مووچەی مانگانەی مامۆستا ٥٧٣٣ دۆلارە بۆ مامۆستایەکی تازە دامەزراو، واتە: مووچەی ساڵانەکەی ٦٨٧٩٦ دۆلارە.

٤. کۆریای باشوور، مووچەی مامۆستایەك لە سەرەتای دەست بەکاربوونییەوە، ساڵانە دەگاتە ٢٢٠٠٠ بیستو دووهەزار دۆلار، دوای ١٠ ساڵ خزمەت مووچەی ساڵانە دەگاتە ٣٤٠٠٠ دۆلار، لە نزیکبوونەوەی لە خزمەتی یاسایی مووچەی ساڵانەی دەگاتە ٦٢٠٠٠ دۆلار، بەپێی راپۆرتە هەواڵی سکای نیوز.

٥. ئەڵمانیا، مامۆستایەکی تازەدامەزراو، ساڵانە ٤٦٠٠٠ چلو شەش هەزار دۆلار وەردەگرێت، لە کاتی گەیشتنی بە خانەنشینی مووچەی ساڵانەکەی دەگاتە ٦٠٠٠٠ شەست هەزار دۆلار.

٦. وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا، مامۆستایەکی تازە دامەزراو مووچەی ساڵانەکەی ٣٧٠٠٠ سیو حەوت هەزار دۆلارە، لە کاتی نزیکبوونەوەی بە خانەنشینبوون، مووچەی ساڵانەکەی دەگاتە ٦٠٠٠٠ شەست هەزار دۆلار.

٧. وڵاتی یۆنان.. مووچەی ساڵانەی مامۆستا، لە کاتی خانەشینبوونی دەگاتە ٣٧٠٠٠ سیو حەوت هەزار دۆلار.

٨. وڵاتی چیللی، مووچەی ساڵانەی مامۆستا، نزیکەی ٣٩٠٠٠ سیو نۆ هەزار دۆلارە.

٩. وڵاتی کۆلۆمبیا، مووچەی ساڵانەی مامۆستا، ٦٠٠٠ شەش هەزار دۆلارە.

١٠. هۆڵەنداش، کە لە رووی خوێندنەوە، بە وڵاتێکی پێشکەوتوو دادەنرێت، مووچەی مامۆستا، بەگشتی مانگانە ٤٥٠٠ دۆلارە، واتە: مووچەی ساڵانەکەی ٥٤٠٠٠ دۆلارە.

١١. هەر یەك لە وڵاتەکانی ئیتالیا، باشووری ئەفریقا، هیند، مووچەی مانگانەی مامۆستا ٦٠٠٠ شەش هەزار دۆلارە.

١٢- وڵاتی چین پلەی سێیەمی پێش کۆتایی وەرگرتووە، مووچەی مانگانەی مامۆستا تەنها ٧٢٠ دۆلار.

مووچەی مامۆستایان لە وڵاتە عەرەبییەکاندا:

١. لە وڵاتە عەرەبییەکاندا، وڵاتی قەتەر بە پلەی یەکەم دێت، مووچەی ساڵانەی مامۆستا، ٨٠٠٠٠ هەشتا هەزار دۆلارە.

٢. وڵاتی کوەیت بە پلەی دووەم دێت، مووچەی ساڵانەی مامۆستا ٥٥ پەنجاوپێنج هەزار دۆلارە.

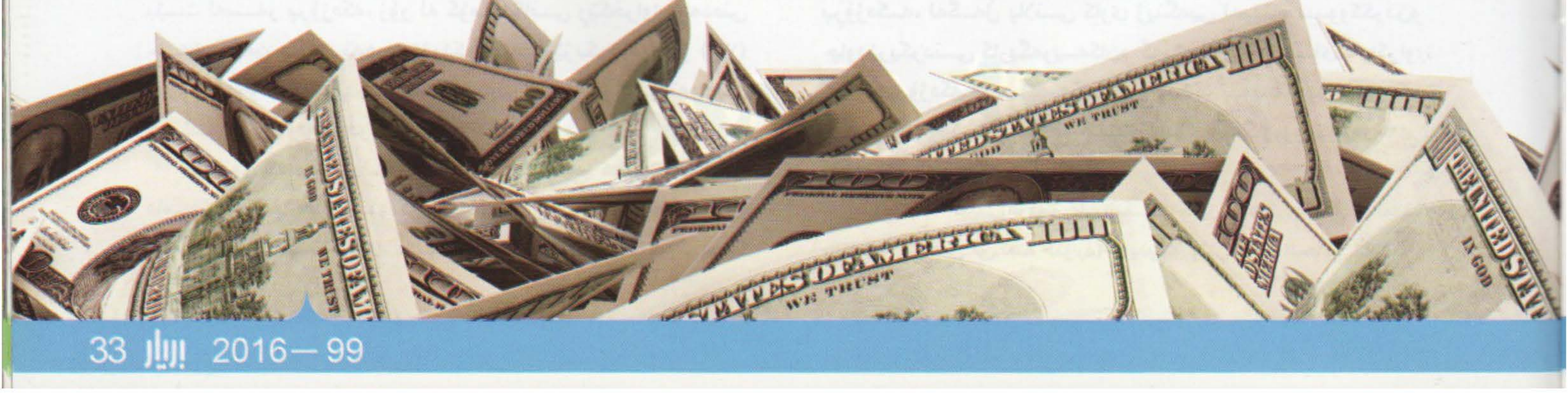
٣. وڵاتی ئیمارات لە پلەی سێیەمدایە، مووچەی ساڵانەی مامۆستا، ٦٠ شەست هەزار دۆلارە.

٤. سعودیە لە پلەی چوارەمدایە، مووچەی ساڵانەی مامۆستا، ٥٠ پەنجا هەزار دۆلارە.

٥. وڵاتی بەحرەین پلەی پێنجەمی وەرگرتووە، مووچەی مانگانەی مامۆستا، ٢٠٦٤ دۆلارە.

٦. وڵاتی مەغریب، مووچەی مامۆستایەکی تازە دامەزراو مانگانەکەی تەنها ٥١٢ دۆلارە، دوای ١٣ ساڵ خزمەت دەگاتە، ٨٦٨ دۆلار.

هەرێمی کوردستان، مووچەی مامۆستایەکی تازە دامەزراو، مانگانە ٤٠٠ دۆلارە، بێگومان پێش سیستەمی پاشەکەوت، لە ئێستا مووچەی مامۆستایەك کە خزمەتی ٣٥ ساڵ بێت، تەنها ٤٠٠ دۆلارە!



جەلال عەبدوڵڵا حاجی



نەوتو ژینگە، کۆمەڵگەو مافی مرۆڤ

مافی مرۆڤو کێشە کۆمەڵایەتیەکان

بەشی شەشەم

کارەکانی دەرهێنانو گواستنەوەی نەوت، بۆماوەیەکی دوورو درێژ، کاریگەرییان دەبێت لەسەر ژینگە، ڕەنگە پڕۆژەکانی دەرهێنانی نەوتو گواستنەوەی، ببێتە هۆی ئاژاوەو دووبەرەکی، ڕێکخراوەکانی کۆمەڵگەی مەدەنی، هەوڵ دەدەن، ڕێگری بکەن لە بەردەم دەستبەکاربوونی پڕۆژە گەورەکان، تا ڕەزامەندی دانیشتوانی ناوچەکە وەرنەگرن، ئەمەش وا دەکات کۆمپانیاکە ڕێگەپێدانێکی کۆمەڵایەتیی ڕاستەوخۆ وەربگرێت بۆ کارکردن. ئەوکارانەی لەڕووی پلاندانانەوە لاوازن، ناتوانن دەستنیشانی مەترسیيە کۆمەڵایەتیو ژینگەییەکان بکەن، کۆمپانیاکە دوچاری خەرجییەکی چاوەڕواننەکراو دەکەنەوە، ناوبانگی کۆمپانیاکە لەکەدار دەکەن. پڕۆژەی لاوازو خراپ، شڵەژانو دڵەڕاوکێ لای خەڵکی ناوچەکە درووست دەکات، بەجۆرێك ئامادەن بەگژ پڕۆژەکەدا بچنەوە.

لە کاتی نەبوونی یاسای خۆجێی ڕووندا، یان پیادەنەکردنی هەندێك یاسا، زۆرێك لە کۆمپانیاکان بۆ ڕاوێژو سیاسەتی ژینگەییو کۆمەڵایەتی، چاو لە ڕێنماییەکانی بانکی نێودەوڵەتی دەکەن، دامەزراوەی پارەدانی نێودەوڵەتی (مؤسسة التمويل الدولية)، کە لقێکە لە بانکی نێودەوڵەتیو قەرز دەدات بە کەرتی تایبەت، کۆمەڵێك سیاسەتو ڕێنمایی تایبەت بەخۆی هەیە، بۆ پاراستنی ژینگەو کۆمەڵگە، هەر کۆمپانیایەکی تایبەت، کە هەوڵ دەدات یارمەتیی دارایی لێ وەربگرێت، پێویستە پابەندی سیاسەتەکانی بێت.

سەبارەت بە پڕۆژەکانی جۆری(A)، کە لەڕووی ژینگەییەوە ڕادەی هەستیارییان بەرزەو بەبەردەوامی کێلگەی نوێ پەرە پێ دەداتو بۆریی نوێ ڕادەکێشێت، (دامەزراوەی پارەدانی نێودەوڵەتی) داوا لە کارمەندەکانی دەکات لە کەرتی تایبەت، لێکۆڵینەوەی ژینگەیی بۆ پڕۆژەکانیان ئەنجام بدەن، پێویستە ئەم دەرخستانە، ئاشکرا بکرێنو ڕاوێژی گشتی لەسەربکرێت، هەروەها دەبێت دەرخستەکان پێش(٣٠) ڕۆژ لە ڕازیبوونی دامەزراوەکەوە بێت لەسەر پڕۆژەکە، زۆر لە کۆمەڵەکانی ڕێکخراوی مەدەنی حەز دەکەن ماوەی ئەم ڕاوێژپێکردنە درێژبکرێتەوە بۆ (١٢٠) ڕۆژ، بۆئەوەی ڕێگەبدرێت بە کۆمەڵە لاوازەکان، کاتی تەواویان هەبێت بۆ بڕیاردانی درووست.

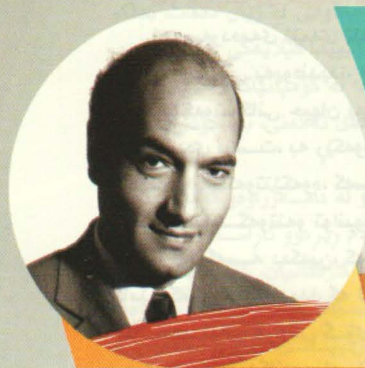
ئەوەی کە دەبێت لەم هەڵسەنگاندنانەدا هەبێت، لەلایەن دامەزراوەی پارەدانی نێودەوڵەتییەوە ڕوون کراوەتەوە، لەگەڵ چۆنێتیی دارشتنەکەی، دەبێت بەدوای بژاردەی جێگرەوەدا بگەڕێن بۆ پڕۆژەکە، هەروەها ئەو ڕێگایانە دەستنیشان بکەن، کە بەهۆیەوە دەتوانرێت هەڵبژاردنو دیزاینی پڕۆژەکە باشتر بکرێت، پێویستە بە پلەی یەکەم ڕێگری بکرێت لە کاریگەرییە خراپەکانی لەسەر ژینگە، پاشان کەمکردنەوەیو گۆڕینی، دەبێت دەستنیشانی ئەو کاریگەرییانە بکرێت، کە چارەسەر دەکرێت، گرفتە ژینگەییەکان دەبێت بەڕوونیو بەفراوانی سەیر بکرێن، بەجۆرێك کاریگەرییەکانی لەسەر هەواو ئاوو خاك بگرێتەوە، هەروەها کاریگەری لەسەر تەندرووستی مرۆڤو لەسەر ئاسایشو ئارامی دانیشتووانی ناوچەکە. ئەوەی پەیوەستە بە پڕۆژەی هەستیارەوە، دامەزراوەکە داوا لە سەرپەرشتیارانی پڕۆژەکە دەکات، ڕاوێژ بەلایەنێکی سەربەخۆ بکەن بۆ هەڵسەنگاندنی ژینگەیی، ڕاوێژکاران کەسی بەئەزموونو بێلایەنو باوەڕپێکراو بن، ڕاوێژیان پێ بکرێت لەبارەی پڕۆژەکەو کاریگەرییە ژینگەییەکانی.

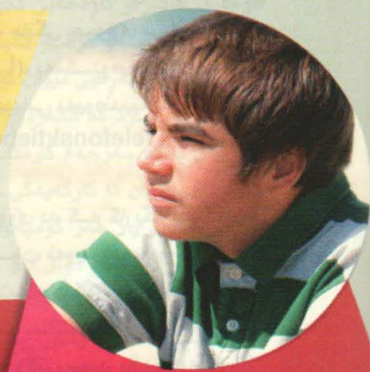
بۆ پڕۆژەی هەستیار، دەبێت دوو جۆر ڕاوێژ بکرێت، لەکاتی لێکۆڵینەوە لە پڕۆژەکە، یەکەمیان لەگەڵ خەڵکانی زیانلێکەوتوو، دووەمیان لەگەڵ ڕێکخراوەکانی کۆمەڵگەی مەدەنی، پێویستە یەکەم ڕاوێژپێکردن زۆر زوو بکرێت، پێش دەستکردن بە دەرخستەکە، لە کاتێکدا ڕاوێژی دووەم لەپاش تەواوبوونی ڕەشنووسی هەڵسەنگاندنی ژینگەییەوە دەکرێت، بۆ گفتوگۆکردن لەسەر ڕاپۆرتەکە، دەبێت ڕاوێژ پێکردنەکە بەجۆرێك بنووسرێتەوە زیانلێکەوتووان لە زمانو شێوازی نووسینەوەکە بگەن (ئاستی خوێندەواری لەبەرچاو بگیرێت)، خەڵکیو ڕێکخراوەکانیش دەستیان بە ڕەشنووسەکە بگات.

دەبێت هەڵسەنگاندنە ژینگەییەکە پوختەیەکی جێبەجێکردنو زانیاریی پڕۆژەکە لەخۆ بگرێت، زانیارییە بنەڕەتییەکانی باری ئابووریو کۆمەڵایەتیو ژینگەییو کاریگەرییە ژینگەییە چاوەڕوانکراوەکانی تێدا بێت، هەروەها لێکدانەوەی بژاردەکانی پڕۆژەکە، لەگەڵ پلانی کاری ژینگەیی لەپێناو سووککردنو چاودێریکردنی کاریگەرییەکانو گەیشتن بە توانای داواکراو، کاتێك پڕۆژەکە دەست بەکارکردن دەکات پێویستە بەشێوەیەکی ڕێکوپێك ڕاوێژ بەردەوام بێت، بۆ بەرەنگاربوونەوەی هەر ئەگەرێك کە ڕەنگە ڕوو بدات.

سەرچاوە: کتێبی(الرقابة على النفط –دليل الصحفي فى مجال الطاقة والتنمية- التخلص من لعنة الموارد)- ڕیفینیو وتش-معهد المجتمع المنفتح.









پەروەردە

بەرزان ئەبوبەکر



لارس ئەریکسۆن

(١٨٤٦ - ١٩٢٦)

هەموو کەس دەزانێت چۆن بجەنگێت.. بەڵام نازانن چۆن پلان دابنێن بۆ سەرکەوتن.. صن تسو

ئەو جووتیارەی جیهانی هێنایە پەیوەندییکردن

ئەو سەردەمەی ئێمەی تێدا دەژین، بە کۆمەڵێك پێشکەوتندا هەنگاوی ناوە. لە جیهانی پەیوەندیدا، جیهانی کردە گوندێکی بچکۆلانە!

پێشکەوتنەکانی جیهان بە گشتیو بە تایبەت پێشکەوتنە بەرچاوەکان لە سەدەی بیست، بە ڕێکەوت نەهاتوونەتە دونیاوە، بەڵکو لە پشت هەر داهێنانو پێشکەوتنێکەوە، کەسێك هەیە کە توانیویەتی ببێتە هۆکاری ئەو داهێنانو پێشکەوتنەو توانیویانە خەونەکان بکەنە ڕاستی. لەم ژمارەیەدا باس لەو کەسە دەکەین، کە پشکێکی کاریگەری هەیە لە پەرەپێدانی ئامێرەکانی پەیوەندیدا، کە لەو ڕێگەیەوە توانی خەڵکی لە یەکتر نزیك بکاتەوە، توانی فراوانی گۆی زەوی، وەك گوندێکی بچکۆلانە لێ بکات لە ڕووی پەیوەندییەکانەوە، لە ڕێگەی ئامێری پەیوەندییەوە، مرۆڤ دەتوانێت لە ماوەی چەند چرکەیەکدا، پەیوەندی بە هەر کەسێکەوە بکات، کە خۆی دەیەوێت، لە هەر شوێنێکی گۆی زەوی بێت! تەنها لە ڕێگەی لێدانی ژمارە تەلەفۆنی کەسی بەرامبەرەوە، لە ماڵەکەی خۆتدا، دەتوانیت پەیوەندی بە هەر کەسێکەوە بکەی کە دەتەوێت، لە هەر شوێنێکی ئەم جیهانە بێت!

ئایا دەزانیت ئەم داهێنانە گەورەیە دەگەڕێتەوە، بۆ ئەو جووتیارەی کە لە خاڵی سفرەوە دەستی پێ کرد؟

ئەم جووتیارە خەونەکانی زۆر گەورەتر بوون، لەو بارودۆخەی تێیدا دەژیا، ناوی ڕاستەقینەی (لارس ماگنووس ئەریکسۆن)ە، دامەزرێنەری کۆمپانیای ئەریکسۆن بۆ ئامێرەکانی پەیوەندیو تەلەفۆن.

لارس ئەریکسۆن لە ساڵی ١٨٤٦ لە ناوچەی (فاومسکوگ) باشووری (فارم لاند) لە وڵاتی سوید لەدایك بووە، لە نێو کێڵگەو زەوییە کشتوکاڵییەکانی ناوچەکەدا گەورەبووەو چاوی کراوەتەوە، سەرقاڵی کشتوکاڵکردن بووە لەگەڵ جووتیارانی ناوچەکەدا.

لارس ئەریکسۆن، لە تەمەنی ١٤ ساڵیدا بۆ گەڕان بە دوای کارێکدا ماڵی بەجێ هێشتووە، لەگەڵ ئەوەشدا شارەزایی لە هیچ کارێکی ئەوتۆدا نەبووە، لەبەرئەوە هەر ماوەی بە کارێکەوە سەرقاڵ بووە، بۆ ماوەی چەند ساڵێك ئاسنگەری کردووە، تا ئەو کاتەی گەیشتووەتە وەرشەی کارکردن بۆ بەستنو چاککردنەوەی تەلەگرام لە ستۆکهۆڵم، لە کۆمپانیای (ئۆلەرو هاوبەشەکانی).

لە ساڵی ١٨٦٧ ئەو کاتەی تەمەنی لارس ئەریکسۆن، تەنها بیست ساڵ بوو، لە کۆمپانیای ئۆلەر کاری دەکرد، بووە خاڵی وەرچەرخان بۆ ئەریکسۆن، ئەو چەند ساڵەی لە ئۆلەر کاری دەکرد، ڕێڕەوی ژیانی ئەریکسۆنی گۆڕی، تا ئەوەی بووە شارەزایەکی بواری هونەری لە بەستنو چاککردنەوەی تەلەگرام بەلێهاتوییو خێراییەکی بێوێنە، لەم ڕێگەیەوە توانی ئەزموونێکی گەورە بەدەست بهێنێت، کە کاریگەریی ڕوونی هەبوو لەسەر داهاتووی خۆیو ئایندەی جیهان.

ئەریکسۆن بە هۆی لێهاتوویيو دەستڕەنگینییەوە، بەپێی ڕێنماییەکی تایبەت لە بەڕێوەبەری گشتی کۆمپانیای ئۆلەرەوە، وەك پاداشتێك بۆ ئەو لێهاتوویيەی ئەریکسۆنی هەڵبژارد بۆ خولی ڕاهێنان لە دەرەوەی وڵاتی سوید، بۆ ماوەی دوو ساڵو نیو بە زۆری لە نێوان وڵاتی ئەڵمانیاو سویسرا خولی بینیوە، بە تایبەت کۆمپانیای سیمنز (Siemens) لە بەرلین.

ئەریکسۆن تەمەنی گەیشتە ٣٠ ساڵ، لەو کاتەدا لە ڕووی دەروونییەوە زۆر ئامادەساز بوو، بۆ ئەوەی کارێکی تایبەت بە خۆی دابمەزرێنێت؛ چونکە ئەزموونی ١٦ ساڵ کارکردنی لە بوای تەلەگرامدا هەبوو، ئیدی لە خاڵی سفرەوەو لە تەمەنی ٣٠ساڵیدا دەستی بە کاری تایبەت بە خۆی کرد.

لارس ئەریکسۆن بە هاوکاریی یەکێك لە هاوڕێکانی، وەرشەیەکی ئەندازیاری کارەباییان دامەزراند، لە مانگی چواری ساڵی ١٨٧٦ بە ناونیشانی کۆمپانیای (L.M Ericsson)، بەمشێوەیە بەردی بناغەی دامەزراوەیەکی دامەزراند، کە بووە هۆی جیهانی پەیوەندییەکان، کە ئێستا ناوی کۆمپانیاکەی (Telefonaktiebolaget Ericsson)، تا ئێستاش لە سوارچاکانی ئەو بوارەیە.

لە هەمان ساڵدا ڕووداوێکی گرنگ ڕووی دا، کە کاریگەریی گەورەی هەبوو لەسەر خەونو پرۆژەکانی ئەریکسۆن، ئەویش ئەوەبوو کە گراهام بیڵ، توانی بڕوانامەی داهێنان لە ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا لەسەر داهێنانی تەلەفۆن بەدەست بهێنێت، ساڵێك بەسەر ئەم داهێنانەدا تێنەپەڕی کە بەشێوەیەکی پەسەندکراو لە وڵاتی سوید بڵاوبوویەوە.

هەرچەندە وەرشەکەی ئەریکسۆن کاری سەرەکی چاککردنەوەی ئامێری تەلەگراف بوو، لەگەڵ ئەوەشدا تێبینی کرد کە ئەو ئامێرە نوێیە پێویستی بە چاککردنو پەرەپێدان هەیە، لەبەرئەوە دەستی کرد بە بەستنی ئامێرێکی نوێ، کە لە دیزاینی تایبەت بە خۆی بوو.

دوای کارکردنێکی زۆرو تێپەڕین بە زۆر ئەزموونو هەڵەو تاقیکردنەوەو دووبارەکردنەوەدا، دواجار ئەریکسۆن توانی دوای ساڵێك تەلەفۆنێکی باش کە زۆر ئاسان بەکار دەهات، بەرهەم بهێنێت، لە نۆڤەمبەری ساڵی ١٨٧٨، یەکەمین جۆری ئامێری تەلەفۆنی ئامادە کرد بۆ کارکردن بەشێوەیەکی زۆر باش.

سەرەتا ئەریکسۆن، دوچاری چەند کێشەو گرفتێك بوویەوە، کاتێك کۆمپانیای (بێڵ) ئەمریکی وەك یەکەم تۆڕی پەیوەندیی تەلەفۆنی لە سوید دانرا، لە هەنگاوێکی کێبەرکێییدا، ئەریکسۆن توانی گرێبەستێکیان لەگەڵدا بکات، بۆ دامەزراندنی تۆڕێکی پەیوەندیی تەلەفۆنی لە ناوچەی گوفڵ، لەو گرێبەستەدا، ئەریکسۆن توانی کواڵیتیی تەکنەلۆژیای سویدی، بتوانێت کێبەرکێی پرۆژە جیهانییەکان بکات، بەمەش ئەریکسۆن توانی ڕەگێکی بەهێزو بنەمایەکی پتەو لە سەرتاسەری سوویددا دابکوتێت، تا ئەوەی توانی ببێتە یەکێك لەو کۆمپانیایانەی کە خاوەنی ڕێزو ناوبانگێکی باش بێت لە بازاڕە ناوخۆییەکاندا.

ئەریکسۆن لە کارکردنو دیزانیی نوێو ناوازە بەردەوام بوو، بۆ داهێنانی دیزاینی نوێ، بۆ ئامێرە تەلەفۆنییەکان.. ئەریکسۆن کەسێکی چالاکو خاوەن توانایەکی بەرزو حەزی بە کارکردنی بۆ ماوەیەکی دوورو

درێژ دەکرد، بەبێئەوەی هەست بە ماندووبوونو بێتاقەتی بکات، هەمیشە جۆرێتیو کوالێتیو شێوەی جوانو ڕێکوپێك، لە پێشینەی کارەکانی بوو، هەرئەوەش هۆکاری زیادکردنی داواکاری لەسەر بەرهەمەکانی کۆمپنیای ئەریکسۆن بوو.

لە ساڵی ١٨٨٣ (H.T Cedergen)، بە یەکێك لە سوارچاکەکانی ئەو بوارە ئەژمار کراوە. لە هەمان ساڵدا ئەریکسۆن دیزاینی یەکەم تابلۆی کلیلەکانی(دوگمە) بۆ کۆنترۆڵی پەیوەندییە تەلەفۆنییەکان دیزاین کرد، کە لەوێوە توانی کۆمپانیای ستۆکهۆڵم بۆ پەیوەندییە گشتییەکانی بکڕێتەوە، بەمەش کۆمپانیای ئەریکسۆن بووە دابەشکەرو سەرچاوەی سەرەکی بۆ ئەو کۆمپانیایە.

شێوەی کۆمپانیاکە، سەرەتا لە قۆناغی فراوانبوونو پەرەپێداندا بوو، هەروەها هەردوو کۆمپانیای (Sat)و (Swedish PTT) گرێبەستی کارکردنیان لەگەڵ کۆمپانیای ئەریکسۆندا بەست.

ئەریکسۆن لە ساڵی ١٨٨٤ کارگەیەکی لە تولگاتان لە ستۆکهۆڵم کردەوە، لە ساڵی ١٨٨٥ یەکەم ئامێری دوو سەماعەیی داهێنا، بۆ قسەکردنو گوێگرتن، لە ساڵی ١٨٩٠ کۆمپانیای ئەریکسۆن، خاوەنی ٥٠٠ کرێکار بوو، بێگومان ئەو ڕێژەیە بۆ ئەو کاتە زۆر بوو، خاوەنی چەندین کڕیار بوو لە دەرەوەی وڵاتی سوید، ئەریکسۆن دەستی کرد بە کردنەوەی چەند لقێکی نوێی کۆمپانیاکەیان، بە نموونە لە هەردوو وڵاتی ڕوسیاو پۆڵەندا لقی کردەوە.

هیچ کارێك بێ کێشەو گرفت نییە، بێگومان هەموو کۆمپانیایەك دوچاری تەنگژەو ناڕەحەتی دەبێتەوە، کۆمپانیای ئەریکسۆنیش دوچاری تەمومژو کێشەو گرفتو قەیران هاتەوە، بە هۆی فراوانبوونی بازاڕو بەهێزبوونی کێبەڕکێی نێوان کۆمپانیاکانەوە، سەرەتای قەیرانەکەی بەوە دەستی پێ کرد کە هەردوو کۆمپانیای (Sat)و (Swedish PTT)، بڕیاریان دا کە سەرجەم کارەکانیان لەگەڵ کۆمپانیای ئەریکسۆندا ڕابگرن، هاوکات بڕیاریان دا کارگەیەکی تایبەت بە خۆیان بکەنەوە، بێئەوەی پشت بە ئەریکسۆن، یان هەر کۆمپانیایەکی دیکە ببەستن.

لەو بارودۆخەداو دوای ئەو کارەساتە گەورەیە، ئەریکسۆن پێویست بوو بڕیارێکی چارەنووسساز بدات؛ بۆئەوەی بەردەوام بێت.. بۆ ئەم مەبەستە چاوی خستە سەر وڵاتی ڕوسیا؛ چونکە وایان دەبینی کە بازاڕی ڕوسیا بازاڕێکی تازەیە، لەبەرئەوە بۆ بنیاتنانەوەو هەستانەوەی کۆمپانیاکەی، بازاڕێکی گونجاوە..

بەڵام لەبەرئەوەی کۆمپانیای (Russian PTT) پێشتر کڕیاری کۆمپانیای ئەریکسۆن بووە، دووبارە لە کردنەوەی کارگەیەکدا لە ڕوسیا دوچاری تەنگژە هات. لەژێر ئەو بارودۆخە ناڕەحەتەدا، لە سێبەری هەستکردن بە زەرەرو زیان لە بازاڕی سویددا، ئەریکسۆن بڕیاری دا کە ئەو کاتە لەبارە بۆ وەڵامدانەوەی داواکارییەکانی وڵاتی ڕوسیا، ئەریکسۆن یەکەم کارگەی لە دەرەوەی وڵاتو زێدی خۆی کردەوە، لە سانت بگرسبرگ. کە ئامانجی دروستکردنی ئامێرێکی تەلەفۆنی بوو بۆ بازاڕی ڕوسیا، دوای دارمانی بازاڕی سویدی، بۆ ئەریکسۆن، لەبەرئەوە بڕیاری دا بەتەواوی بگوازێتەوە بۆ بازاڕی ڕووسی، هاوکات مەڵبەندی سەرەکیشی لە وڵاتی سوید بێت. ئەریکسۆن قەناعەتی وابوو کە دەکرێت لە سانت بگرسبرگەوە ئیدارەی کارەکان بکرێت. لەگەڵ ئەوەشدا لە ڕووی مادییو خەرجی تێچوونو کرێی هێنانەوەوە، لە زۆربەی بازاڕەکانی دیکە زیاتری تێ دەچوو.

بەم ڕێگەیە کۆمپانیا دەیتوانی قازانجێکی زۆر بکات، زۆر زیاتر لەوەی کە ئیدارەی گشتی لە ستۆکهۆڵم بێت.

ئەریکسۆن بۆ جاری دووەم، دوچاری تەنگژەو کێشەو گرفتو قەیران بوویەوە، ئەمجارەیان لەگەڵ کۆمپانای SAT کە بازاڕی ڕووسی دۆزییەوەو توانی لە زۆربەی شارەکانی ڕوسیادا گرێبەستی گرنگ ئەنجام بدات، سەرجەم پرۆژەکانیان بووە هۆی دوودڵیو نیگەرانیو ماندووبوونی هەردوو لا، کە نەیاندەتوانی بەردەوام بن بەو شێوەیە؛ چونکە نەیان دەتوانی پێکەوە بەرهەمەکانیان لە ئاستی داواکارییەکانی بازاڕی سویدیو ڕووسی بێت..لەبەرئەوە کۆمپانیای SAT، بڕیاری دا، لە بریکارەکەی پێشووی بکڕێتەوە، کە ئەریکسۆن بوو، سەرەتای ڕێککەوتن دەستی پێ کرد، لە کۆتاییدا گەیشتن بەو دەرەنجامەی کە هەردوو کۆمپانیاکە تێکەڵ بکەن، ئەم یەکگرتنەش بە سوودی هەردوولایان بوو، دەتوانین بڵێین ئەریکسۆن سوودی زیاتری لێبینی؛ چونکە توانی لە بازاڕی سویدیدا بەردەوام بێتو پەرە بە بەرهەمەکانی بدات؛ چونکە ئەریکسۆن بەپێی ڕێکەوتنەکە ناچار نەکرا کە دەبێت بە تەواوی بڕوات بۆ ڕوسیا!

لە ساڵی ١٩٠١ ئەریکسۆن بڕیاری دا، کە نمایشێکی هەمیشەیی ساڵانە بۆ بەرهەمەکانی خۆی ساز بکات، لە کارگەکەی خۆیدا، بۆ ئەم مەبەستە پێویستی بە هۆڵێکی ئامادەکراوو گەورەو فراوان هەبوو، کە تا ساڵی ١٩٠٣ بە تەواوی هۆڵەکە ئامادەکرا، کە جگە لە نمایشی بەرهەمەکانی ئەریکسۆن بۆ بۆنەو ئاهەنگەکانیشیان سوودیان لێ دەبینی.

ئەریکسۆن وەك هەموو داهێنەرو خاوەن سەرمایە ژیرەکانی دیکە، لەسەر کورسییەکە دانەنیشت تا ئەو کاتەی ماڵاوایی لە ژیان دەکات، بەڵکو دوای ئەوەی کێڵگەیەکی گەورەی کڕی کە لە نێویدا ڤێلایەکی خۆش هەبوو، دیمەنێکی جوانو دڵڕفێنی هەبوو، بڕیاری دا لە کۆمپانیاکەی خۆی؛ خۆی خانەنشین بکات، بۆئەوەی ئەو ماوەیەی دیکەی تەمەنی، بە خۆشیو شادی بباتە سەر.

هەرچەندە ئەریکسۆن خانەنشین بوو لە دامەزراوەو کۆمپانیاکەی، هاوکات بڕبڕەی پشتی کۆمپانیاکە بوو، بەڵام ڕێڕەوو ئاراستەی جیاوازی کۆمپانیاکەی، تەواو بکەنو بەردەوام بن لە کارەکانیان، کۆمپانیا هەستا کارپێکردنی تۆڕی تەلەفۆنی لە وڵاتی مەکسیك لە ساڵی ١٩٠٥، هەروەها توانییان لە ساڵی ١٩٠٨ گرێبەستێك بۆ پەرەپێدانی ئامێری تەلەفۆن لە بانکوك دەست بخەن، دواتریش لە ساڵی ١٩١١ کارگەیەکیان لە پاریس دامەزراند.

کۆمپانیای ئەریکسۆن بەردەوام لە فراوانبووندا بوو، دوای ئەوەی جووتیارێك لە سەفرەوە دەستی پێ کردو ڕێگاو نەخشەی کۆمپانیاکەی کێشاو ئایندەی بۆ مسۆگەر کردو بووە داهێنەری، هەروەك چۆن لە جووتیارییەوە دەستی پێ کرد، ئێستاش دوای ئەو هەموو ناوبانگو فراوانبوونە لە کۆتاییدا دەستی کردەوە بە جووتیاری، بەڵام لە نێوان جووتیاریی یەکەم جاریو جووتیاریی دووەم جاریدا، شۆڕشێکی هەڵگیرساند کە ئەریکسۆن بە داهێنەرو بناغەی ئەو شۆڕشە دەناسرێت، کە توانی خەڵکی لە ڕووی پەیوەندییەوە لە یەکتری نزیك بکاتەوەو کاتێکی زۆریان بۆ بگێڕێتەوە.

ئەگەر بە خێرایی سەرنجی ئەریکسۆن بدەین، دەبینین تا ئەمڕۆش کۆمپانیاکەی بە یەکێك لە کۆمپانیا زەبەلاحو گەورەکانی دونیا بۆ دروستکردنی ئامێری تەلەفۆنو پەیوەندیکردن ئەژمار دەکرێت، بەرهەمەکانی ئەریکسۆن لە ١٣٠ دەوڵەتدا بوونیان هەیە، قەبارەیەکی گەورەی بازاڕی جیهانی بۆ ئامێرە تەلەفۆنییەکان داگیر کردووەو نزیکەی ٥٤ ملیۆن کەس ئامێرەکانی ئەریکسۆن بەکاردەهێنن، تەنانەت بەپێی سەرژمێرییەك کۆمپانیای ئەریکسۆن خاوەنی ١١٠٠٠٠ کارمەندە لە ١٨٠ وڵاتی جیاوازدا.

ڕێژەی فرۆشتنی لە ساڵی ١٩٩٦ نزیکەی ١٣٨٠٤٨ ملیۆن کرۆنی سویدی بووە.. بەم شێوەیە ئەریکسۆن سوودی لە داهێنانەکەی ئەلکسەندەر گراهام بێڵ بۆ ئامێری تەلەفۆنی کردو پەرەی پێدا، بەو شێوەیەی ئێستا بەدەست خەڵکییەوەیە، لە ڕووی مادیشەوە پەیوەندییە تەلەفۆنییەکان ملیارات دۆلار بۆ تۆڕەکانی پەیوەندیی لەسەرتاسەری جیهاندا دەگەڕێتەوە، کە ئەریکسۆن یەکێکە لەو تۆڕە پەیوەندییانە.. ئەوەش بەهۆی ئەوەی کە لارس ئەریکسۆن بڕیاری نەدا هەموو تەمەنی وەکو جووتیار بەسەر بەرێت، بەڵکو بڕیاری دا کە بچێتە بواری پەیوەندییەکانەوە.

دواجار لە ساڵی ١٩٢٦ لارس ئەریکسۆن چاوەکانی لێك ناو لە تەمەنی ٨٠ ساڵیدا کۆچیی دوایی کرد.

ئەو ڕۆژانەی کە لە دەوری یەکدا کۆ دەبووینەوە، میهرەبانیی دایـکو باوکمان وەکو بارانی بەهـار وابوو، زۆر بەخێرایی تەڕی دەکردینـو هـەر بەخێراییش دەوەسـتایەوە. پاشـان خۆرێکی پرشـنگدار وەدەردەکەوت. ئاسمانیش وەها ڕوون دەبوویەوە وەك ئەوە وابوو، کە دڵۆپەبارانێکی بەر نەدابێتەوە بۆ سەر جەستەی زەوی، ژیانـی ئێمەش هەر بەو شـێوەیە برووسکەئاسـا هەموو شـتێك بـۆ ئێمە ئاوەژوو بوویـەوە، ئێمـە ون بووبووین، بەڵام نـەك ئەو ونبوونەی کـە لە کووچەیەکـدا ڕێ هەڵەبکەیتو بە دواتدا بگەڕێن، بەڵکو ئێمە لەنێو خودی خۆماندا ون بووبووین، ونبووبووین لەباوەشـی گەرمی دایك، لـە پێکەنینەکانی باوکم. کاتێك دایکم ماڵەوەی بەجێ هێشـت، ئیتـر نەماندییەوە، ئێمە بە حەسـرەتی بینینەوەی ئـەو، هەموو چرکەکانـی تەمەنمان لەخـاچ دەدا، بەڵام ئێمەی منداڵ کوا دەسـەڵاتو مافی ئەوەمان هەیە، ئێمە هەردووکیانمان دەویست، هەم ئامێزی گەرمی دایكو هەم زەردەخەنەو تووڕەبوونەکانی باوکمان، بەڵام ئەوان لە کاتی کێشـەو هەراکانیاندا کەی گوێ بە هەستەکانی ئێمە دەدەن. پاش ماوەیەك کە باوکم خێزانێکی تری پێکەوە نا، منداڵێکیان بوون، مـنو براکەم لەگەڵ باوکمداو لەگەڵ خێزانە نوێکەیدا دەژیایین، کاتێك سـەرنجمان دەدا کە چۆن باوکـمو دایکی دووەممان نازی منداڵەکەیـان هەڵدەگـرنو یاری بۆ دەکـرنو گەمەی بۆ دەکەن، ئێمـەش حەزمان دەکـرد وەها چارەنووسـێکمان هەبوایە، ئێمە حەزمان نەدەکرد کەس وەکو ئێمەی لێ بێت؛ چونکە بە هەناسەی ساردمان چلوورەی بەستووی زستانەمان لەناو جەستەی بێڕۆحو بێهیواییدا هەڵگرتبوو، ئەو هەناسە بەستووەش تەنها بە باوەشی گەرمی دایکمان دەتوایەوە، کە ئێمە لێی بێبەش بووین، باوکیشم تەنهـا لـە نزیکەوە ئێمەی بدیبایە بەس بـوو بۆی، هەر هێندە خەڵکی بڵێن منداڵەکانی لەلای ئەون!

ئـەو ڕۆژەی کـە لە قوتابخانـە دواوانەمان بـوو، هەورێکی چڵکن ئاسـمانی تەنـی بوو، بارانیش بەلێزمـە دەباری، زۆربەی منداڵەکان باوکیان، یاخود دایکیان دەهاتن بە شـوێنیاندا، یاخود چەترەکانیـان هەڵدەکردو دەگەڕانە ماڵـەوە، بەڵام منو براکەم نـە چاوەڕێی بـاوكو دایکمان دەکـرد، نـە چەترێکیش هەبوو بـۆ هەڵـدان، تەنها چاوەڕێـی گەورەیی خـوداو هێوربوونەوەی ئاسـمانمان دەکرد، بەهـۆی ئەو بارەی کە هەمانبـوو، بەردەوام جوانییەکانی سرووشتیش بۆ ئێمە دەبوونە تراژیدیا.

لـەو کاتەی ئێمە لـە خەونی وەسـتانەوەی باراندا بووین، لەپـڕ مامۆسـتا ڕایچڵەکاندیـن، چەترێکی دایە دەسـتمان، ئای چەندە خۆشـحاڵ بووین؛ چونکە بەهۆی ئـەو بارودۆخەی کە تێیـدا دەژیایین چاوەڕێی هیچ شـتێکمان لـە خەڵکی نەدەکرد. لەگـەڵ براکەمدا چەترەکەمـان هەڵداو هەردووکمـان چووینە ژێـری، بە هەنـگاوی ورد ورد بەرەو ماڵەوە دەڕۆیشـتین، باران تەپەتـەپ دەیدا لـە چەترەکەمان، ئێمە پێشـتر ڕقمان لەباران بـوو، بەڵام ئەو ڕۆژە پێمـان وابوو بۆیە باران دەبارێت؛ تا ئێمە چەترەکەمانـی بۆ هەڵبدەین، زۆر خۆشـحاڵ بووین؛ چونکە بۆ



چەتری ژیان

کۆسار سوبحان

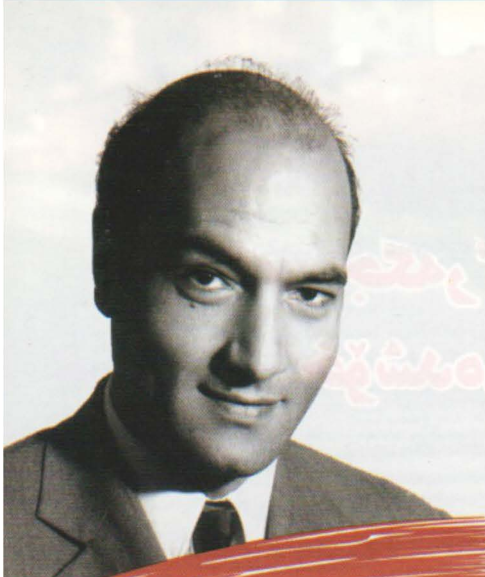


یەکـەم جاربوو کەسـێك لە خەمـی ئێمەدا بێت، بـۆ یەکەمین جار بوو بەبیری ئێمەی هێنایەوە، کە ئێمە پێشـتر لەژێر یەك چەتری سـۆزو میهرەبانیدا ژیانمان دەگوزەراند، بۆ یەکەمجاربوو وەك هەر مرۆڤێك هەسـت بەبوونی خۆمان بکەین؛ لەبەرئەوەی لەماڵێکدا دەژیاین ساردوسـڕو بێناز، هەمیشە ڕۆحمان بەناچاری دوو کەرت کردبوو، کەرتێك بەدوای ڕوخسـارو سیمای دایکماندا، کە بە خەیاڵ وەکو سـێبەر ئاوێزانـی دەبوو؛ چونکە ئەگەر ئەو ئومێـدەی خەیاڵ نەبوایە؛ لەوانەبوو هەر زوو ژیانمان لەدەسـت بدایە، کەرتەکەی تری ڕۆحمان بەڕوخسـارو سـیمای ساردوسڕی باوکماندا هەڵدەکێشـا. ئێمە هەمیشـە لەنێو ڕوخسـارو باوەشی ئەواندا ون بووبووین، ئەوانیش بێئاگا لە ئێمە.

باجیمـان هەمیشـە زووتـر دەیناردیـن بـۆ قوتابخانـە، بەیانییەکیـان کە بەڕێ کەوتین، بەفر هەموو جێگەیەکی سـپی کردبوو، کزەیەکی سـارد هەڵی کردبوو، کە گەیشتینە قوتابخانە تەنهـا منو براکەم لەوێ بووین، لە تاو سـەرما، لە سـووچێکی ڕاڕەوەکەدا خۆم دابوو بەسـەر براکەمدا، لەناکاو دەستێکی گەرم بەرسـەرم کەوت، کە سـەرم هەڵبڕی دەبینم مامۆستایە، کاتێك ئێمەی بەوجۆرە بینی، بێ قەمسەڵە لەسەرماندا هەڵکورمابووین، بەبینینی ئەم دیمەنە تووشی شۆك بوو، خێرا دەرگای کتێبخانەی کردەوەو زۆپاکـەی بۆ هەڵکردین، کاتێك لەحاڵو گوزەرانی ئێمە تێگەیشـت، بێوەسـتانو بیرکردنـەوە، داوای ژمـارە تەلەفۆنـی باوکمانـی کرد، ئێمەش ژمارەکەیمـان پێ دا. دیاربوو بەتەلەفۆن لەبـارەی ئەو کەمتەرخەمییانەی کە لەبەرامبەر ئێمەدا هەیبوو، قسەی لەگەڵ باوکماندا کردبوو.

هەروەها لە ڕێگەی کەسێکی ترەوە، ژمارەکەی دایکمانی پەیدا کردبوو، مامۆسـتا هاتە لامـانو گوتی: دەتانەوێت قسـە لەگەڵ دایکتاندا بکەن، لەپڕ موچرکەیەك هات بە گیانمدا، لە خۆشـیدا بە ئاسـتەم دەمتوانی مۆبایلەکە بەدەسـتەوە بگرم، کاتێك دایکم گوێی لەدەنگم بوو، گریان نەیهێشـت تەنها یەك وشـەش بەسەر زاریدا بێت، کاتێك گوێم لە گریانو هەنسـکی دایکم بوو، هەستم دەکـرد، دووبـارە ژیان بە بەرمدا دەکاتەوە، لـە پاش ئەوەی کە مامۆسـتا چەترەکەی بۆ هەڵداین، بوویە چەتری ژیانمان، باوکم جلوبەرگی تازەی بۆ کرینو دووبارە سـۆزو میهرەبانیی باوکانەی خۆی پێ بەخشینەوە. دایکیشم دەهات بۆ سەردانمانو لە ئامێزی دەگرتین، باجیشـمان بە بیسـتنو بینینی ئەو بارودۆخە مادیو مەعنەوییـەی ئێمـە، زۆر گۆڕابوو خۆشـی دەویسـتینو سـۆزو میهرەبانییەکی نیمچە دایکانەی بۆ دەردەبڕین.

لەپـاش ئـەم کارە مرۆڤانەیـەی مامۆسـتا، دایـكو باوکـم بەپێچەوانـەی ڕابوردووەوە زۆر بەباشـی چاودێرییان دەکردین، لەپێناو خۆشـگوزەرانیی ئێمەدا، ڕێزیـان لە بڕیارەکانی یەکتری دەگرت. هەربۆیە لە کۆتاییدا دەڵێین: سڵاو بۆ ئەو مرۆڤانەی کە ژیاندۆسـتن، وەك مرۆڤو بگرە مرۆڤانەتریش بیر دەکەنەوە، لە پێناو ئاسوودەیی مرۆڤایەتیدا قوربانی بە خۆیان دەدەن!





هەژاری لەدیدی دکتۆرعەلی شەریعەتیەوە

هەژاری لە هەموو جێیەك ڤیت دەبێتەوە

هەژاری، برسێتی نییە، ڕوتوڕەجاڵی نییە..

هەژاری نەبوونی شـتێکە، بەڵام ئەو شـتە پارە نییە، زێڕو زیوو خواردن نییە..

هـەژاری هەمـان ئەو گـەردو غوبارەیە، کە لەسـەر کتێبە نەفرۆشراوەکانی کتێبخانەیەك نیشتووە!

هـەژاری تیغەکانی ئـەو دەزگایەیە، کە ڕۆژنامـەو گۆڤارە نەفرۆشراوەکان دەهاڕێتو سەرلەنوێ دەیانکاتەوە بە هەویر!

هەژاری ئەو کتێبە سـی هەزار سـاڵەیە، کە یادگارییەکانی لەسەر نووسراوە!

هـەژاری ئەو توێکڵە مۆزەیە، کە لـە جامی ئۆتۆمبێلێکەوە فڕێ دەدرێتە سەر شەقام

هەژاری ڕۆژبەسەربردنێکی بێبیرو ئەندێشەیە..

هەژاری لەهەموجێیەك سەر دەکێشێت..

هەژاری سەرنانەوەی بێشێو نییە

هـەژاری، نەبوونـی ئیرادەیـە، نەبوونـی ڕاوێـژو بڕیارە، نەبوونی پەیامە، نەبوونی هیواو ئامانجو ئومێدە، نەبوونی پلانو نەخشەسازییە..... هتد.

ئا: ئازاد محەممەد بەرکرکەیی



ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆشدەوێت؟

فاطمە ناجی حمەصاڵح

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ کاتێك کە پێی هەڵکەوتو کەوت بە زەویدا، خێرا ڕامەکە؛ بۆئەوەی هەڵی بسێنیتەوەو بیتەکێنیت، بەڵکو هەندێجار لێگەڕێ باخۆی هەستێتەوەو خۆی بتەکێنێت؛ تا فێر ببێت لە هەر وێستگەیەکی ژیاندا کەوت؛ هەستێتەوەو هەمیشە چاوەڕێی کەسێك نەکات، هەڵی بسێنێتەوە.

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ مەکێشە بە زەویەکەداو مەڵێ خەتای ئەو بەردە، یان ئەو لێواری دەرگایە بوو، بەڵکوو فێری بکە، لە مەودوا باشتر سەیری بەرپێی خۆی بکات؛ تا نەکەوێتو فێر نەبێت هەرکات تووشی کێشەیەك بوو، لەبری گەڕان بەدوای چارەسەرو بەخۆداچوونەوە، بەدوای کەسێکدا بگەڕێ، کە تاوانباری بکات.

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ فێری بکە قەڵەم بگرێت؛ تا خۆی وێنە بکێشێت، خۆی بنووسێت، نەك وێنەی ڕەنگاوڕەنگی بۆ بکێشیت؛ چونکە ئەو کات فێری حازرخۆری دەبێت.

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ دەتەوێت سەرکەوتووبێت؛ فێری خوێندنەوەی بکە، با خۆی وانەکانی بخوێنێت، نەك تەنها مەبەستت برینی قۆناغەکانی خوێندن بێت بە هەر ڕێگایەك بووە؛ چونکە تا قۆناغێك دەتوانی هاوکاری بیت، ئەو کات منداڵەکەت فێری خوێندنەوە نابێت، بەو جۆرەی کە پێویستە.

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ خۆت خواردنی مەدەرێ، بەڵکو فێری کەوچکگرتنو ئەتەکێتی نانخواردنی بکە.

هیچ دایبابێك نەبوونو نین کە منداڵەکانیان لە خۆیان خۆشتر نەوێن، ئاواتەخوازی ئەوە نەبن کە منداڵەکانیان لەخۆیان باشترو سەرکەوتووترو بەختەوەرتر نەبن، بەڵام بەداخەوە زۆرێك لە دایکانو باوکان، ئەو خۆشەویستییە بێپایانەیان بۆ جگەرگۆشەکانیان، وایان لێ دەکات بێ خواستی خۆیان، بکەونە هەڵەوە لە بونیادنانی کەسێتیی منداڵەکانیاندا.

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ لە کاتی ئاودانی ئینجانەو باخچەی ماڵەکەتاندا، داوای یارمەتیی لێ بکە؛ تا فێر ببێت، لە هەر شوێنێك نەمامێك، یان گوڵێکی بینی، زیانی پێ نەگەیەنێتو فێر ببێ، گوڵو درەختی خۆش بوێت، کە ڕۆیشتە پارك، یان سەیرانگا، زیان بە ڕووەکەکان نەگەیەنێت، سرووشتی خۆش بوێتو لەوە تێ بگات کە هەموو ئەو سرووشتە جوانە، دیاری پەروەردگارەو بۆ خزمەتی ئێمەی مرۆڤ بەدیهێنراوە.

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ فێری بەها باڵاکانی بکە، وەك: (ڕاستگۆیی، دەستپاکی، ڕێزگرتن، لێبوردن...هتد)؛ تا کەسێکی سوودمەند بێت بۆ خۆیو کۆمەڵگەکەشی.

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ هەڕەشەی لێ مەکە بەوەی کە ئازاری دەدەیت ئەگەر لە قوتابخانە نمرەی بەرز بەدەست نەهێنێت، یان سەرکەوتوو نەبێت، بەڵکو هانی بدە، کە هەوڵ بداتو نمرەی بەرز بەدەست بهێنێت، پەیمانی پێ بدە ئەگەر نمرەی بەرزی بەدەست هێنا؛ دیارییەکی جوانی بۆ بکڕیت، بەڵام وریای بەجێهێنانی پەیمانەکەی خۆت بە.

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ تاکی کتێبو جلەکانی بۆ ڕێك مەخە، یان ئەگەر ژووری خۆی هەیە؛ ژوورەکەی بۆ ڕێك مەخەو بۆی پاك مەکەرەوە، بەڵکو ئامۆژگاری بکە بەوەی خۆی پاکی بکاتەوە، من ناڵێم دەرگاو پەنجەرەی ژوورەکەشی پێ بسڕە؛ چونکە نابێ زۆر گوشار لە منداڵ بکرێت بۆ شتێك کە وزەو توانای ئەو کارەی نییە، بەڵکو تەنها ئەوە بەسە، کە فێر ببێت ئەگەر کاغەز، یان کلێنێکس، یان زەرفو قوتووی خواردن، یان هەرجۆرە پاشماوەیەکی تری پێ بوو؛ بیخاتە سەتڵی خۆڵەوە، بەم جۆرە کە بشچێتە دەرەوە بۆ قوتابخانە، یان شوێنە گشتییەکان؛ ئەوا هەرگیز ئەو پاشماوەیەی پێیەتی، فڕێی ناداتە سەر زەوی.

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ ئەوا ئاڕاستەی بکە، ڕێگەی ڕاستی پیشان بدە، دەستی بگرەو پشتگیریی بە، بەڵام هەرگیز بیروباوەڕی خۆتی بەسەردا مەسەپێنە، داوای لێ مەکە وەك تۆ بیر بکاتەوە، بەو جۆرەی تۆ دەتەوێت، جل بپۆشێت... هتد؛ چونکە ئەمانە دەبنە هۆی بێزاربوونی، یان لەوانەیە ڕقیشی لێتان ببێتەوە، خۆ ئەگەر بڕیار بێت، منداڵەکەت وەك تۆ بیر بکاتەوە، کەواتە: ئەقڵی یەکێکتان زیادەیە.

ئەگەر جگەرگۆشەکەتت خۆش دەوێت؛ ڕێگەی بدە خۆی ڕەنگو شێوەی پۆشاکەکەی هەڵبژێرێت، گرنگی بە ڕاوبۆچوونی منداڵەکەت بدە، کاتێك دەتەوێ گۆڕانکاری لە ژووری خۆی، یان هەر بەشێکی ماڵەکەتدا بکەیت، مەڵێ منداڵەو نازانێت؛ چونکە بونیادی کەسایەتی هەر مرۆڤێك، لە سەرەتای منداڵیدایە، تا ئەمڕۆ هیچ ئەندازیارێکمان نەبینیووە، لە کاتی دروستکردنی خانوو، یان باڵەخانەیەکدا سەرەتا بنمیچی خانووەکە درووست بکات، پاشان پایەکانیو ئینجا بناغەکەی، هیچ کاتیش شتی لەو جۆرە ڕوو نادات، کەواتە: دایباب بەم ڕەفتارەیان دەیسەلمێنن، کە خۆشیان دەوێنو گرنگە بەلایانەوەو متمانەیان بە ژیریو تواناو سەلیقەی ئەو هەیە.

بەم جۆرە کەسایەتییەکی بەهێزو تەندرووست بەبار دێت، کە لە هەر شوێنێکو لەهەر پۆستێکدا بێت، توانای بڕیاردانی ڕاستو درووستی هەیەو هەمیشە متمانەی بە خۆیەتی.

ئۆتۆمبیلی دزراو

زەینەب سەعید

خانمێك دەڵێت: دوای ئەوەی لە کۆبوونەوەیەك تەواو بووم، لەو ئوتێلە هاتمە دەر کە کۆبوونەوەکەی تێدا بوو، دەستم کرد بە گەڕان بەدوای کلیلی ئۆتۆمبێلەکەم.

سیوچەکە، نە لە جانتاکەمدا بوو، نە لە گیرفانیشمدا، بەپەلە گەڕامەوە بۆ هۆڵی کۆبوونەوەکە، تا بۆ سیوچەکە بگەڕێمو پەیدای بکەم، کەچی سیوچەکە لەوێش نەبوو.

پێم وا بوو، لەناو ئۆتۆمبیلەکەدا جێم هێشتبێت، چەندان جار هاوسەرەکەم لێی دووبارە دەکردمەوە، کە سویچ لە ئۆتۆمبیلەکەدا جێ نەهێڵم...... لەپڕ بەوە گەیشتم کە سویچەکانم لە ئۆتۆمبیلەکەدا جێ بهێڵم باشترە؛ چونکە وام دەزانی گەر لەوێدا دای بنێم، لێم ون نابێت، بەڵام بۆچوونی هاوسەرەکەم وابوو، کە ئەمە دەبێتە هۆی دزینی ئۆتۆمبیلەکە بەئاسانی.

بەپەلە چووم بۆ گەراجی ئۆتۆمبیلەکان، لەو کاتەدا گەیشتم بە دەرەنجامێکی ترسناك، ئەویش ئەوەبوو کە بۆچوونی هاوسەرەکەم ڕاست دەرچوو.

لە گەراجی ئۆتۆمبیلەکاندا، ئۆتۆمبیلەکەمی لێ نەبوو، بەپەلە پەیوەندیم بە پۆلیسەوە کرد؛ بۆئەوەی ئاگاداریان بکەمەوە، کە ئۆتۆمبیلەکەم دزراوە، ناوی خۆمو تایبەتمەندیی ئۆتۆمبیلەکەو ئەو شوێنەی لێی ڕادەوەستێنمو چەند زانیارییەکی تری گرنگم پێ دان.

ئەوەشم گوت، کە سویچەکانم لەناو ئۆتۆمبیلەکەدا جێ هێشتووە..

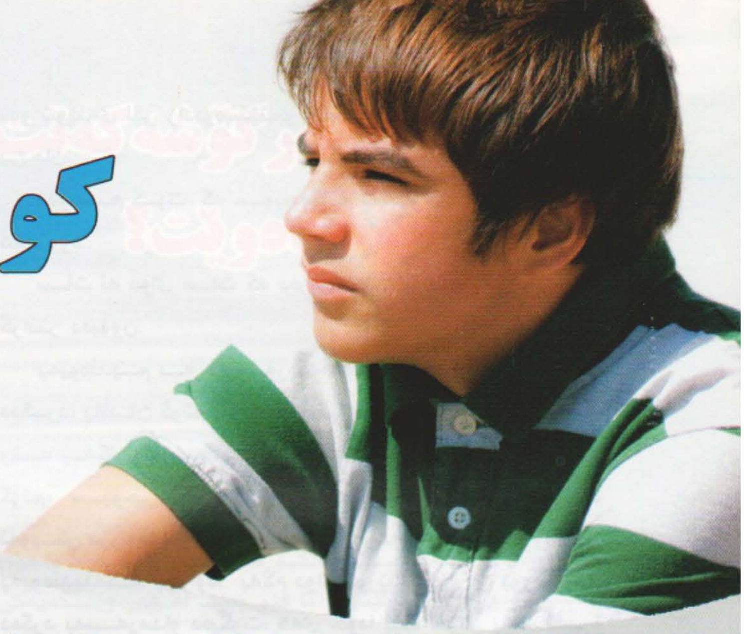
سات لە دوای سات کە دەڕۆیشت، تا دەهات کاروبارەکان گرانتر دەبوون.

پەیوەندیم بە هاوسەرەکەمەوە کردو دەمیشم تەتەڵەی دەکرد، پاشان گوتم: "خوشەویستەکەم" هەرچەندە من ئەو وشە بەکار ناهێنم، تەنیا لە کاتی پێویستیدا نەبێت، جا گوتم: سیوچی ئۆتۆمبیلەکەم لە ئۆتۆمبیلەکەدا جێهێشتووەو ئەویش دزراوە، ماوەیەك دەنگی هاوسەرەکەم نەما، وامزانی پەیوەندییەکە بچراوە، بەڵام دوای توزێك گوێم لێ بوو هاواری دەکرد بەسەرمداو دەیگوت: هەی خودا لێت خۆش بێت، ئەمڕۆ من تۆم گەیاندە ئوتێلەکە.

جا ناچاربووم کە بێدەنگ بمو بەشەرمەزارییەوە پێم گوت: ئایا دەتوانیت بێیتو بمبەیتەوە؟

دووبارە هاواری کردەوەو گوتی : دێم، بەڵام پاش ئەوەی باوەڕو قەناعەت بە پۆلیسەکە دەهێنم، کە من ئۆتۆمبیلەکەتم نەدزیوە!





کوڕە بۆیاخچییەکە

ئەبوبەکر سەعید

ڕۆژانە سندووقە لەداردرووستکراوەکەی لەشان دەکرد، بۆیاغو کەرەستەی پێڵاوبۆیاغکردنی تێدا هەڵدەگرت. دەچوو بۆ شوێنی کارکردن، لەبن دیواری قوتابخانەیەك کاری دەکرد، کە تاپۆلی چواری سەرەتایی تێدا خوێندبوو، بەڵام لەبەر خراپیی باری گوزەرانی خێزانەکەی، نەیتوانیبوو درێژە بەخوێندنەکەی بدات، لەبەرئەوەی زۆر حەزی لەخوێندن بوو، بۆیە سەبووری بەقوتابخانەکە دەهاتو ئەو شوێنەی کردبووە جێگای کارکردنی. بەیانیان لەگەڵ قوتابییەکان دەگەیشتە بەردەم دەرگای قوتابخانەکە. هاوڕێکانی بە بەردەمیدا تێ دەپەڕینو جانتای کتێبەکانیان بەکۆڵەوە بوو، سڵاویان لێی دەکرد، بەڵام ئەو لەبری جانتای کتێب، سندووقە لەداردرووستکراوەکەی بە شانەوە بوو. بەئاخو حەسرەتەوە، وەڵامی سڵاوەکانی دەدایەوە، فرمێسك لە چاوە گەشەکانی قەتیس مابوون، لەدڵی خۆیدا دەیگوت: خوایەگیان تۆبڵێی جارێکی تر بتوانم بگەڕێمەوە قوتابخانەو خوێندن تەواو بکەم؟ یەکێك لە مامۆستاکانی کە ناوی (دیار)بوو لە قوتابخانەکە وانەی دەگوتەوە، زۆری خۆش دەویست. جارجار دەهاتە لای. ڕۆژێکیان هاتە لای، یەکێك لە فڵچەکانی لێ وەرگرتو وردەوردە بەپێڵاوەکانیدا دەهێنا. هەڵگورد: مامۆستا دەستت پیس مەکە، بێنە با من بۆتی بۆیاغ کەم. مامۆستا: نەخێر ڕۆڵە خۆم حەز دەکەم، دڵی نەدەهات ئەو کارە بەو بکات، هەڵگوردگیان باوکت چۆنە؟

هەڵگورد: سوپاس بۆ خودا، کەمێك باشتر بووە، بەڵام لەو کاتەی ئۆتۆمبێلەکە لێی داوە، قاچەکانی باش کار ناکات، بەنیازم هەندێك پارە کۆبکەمەوە، تا عارەبانەیەکی بەپاتری بۆ بکرم. باوکم زۆر حەز دەکات نوێژەکانی لەمزگەوت بکات، بەڵکو بتوانێت هاموشۆی مزگەوتی پێ بکات.

مامۆستا: ڕۆڵە گیان من هەندێك پارەم هەیە، بەیانی بۆتی دەهێنم بڕۆ عارەبانەکەی پێ بکڕە.

هەڵگورد: زۆرسوپاس مامۆستاگیان، خوابەرەکەتو فەڕ بخاتە ماڵت، من حەز دەکەم بە پارەی خۆم بۆی بکڕم؛ چونکە باوکەو منی بەخێو کردووەو مافی باوکایەتی بەسەرمەوەیە.. هەڵگورد دەروونێکی زۆربەرزی هەبوو، یارمەتیو خێری لە کەس وەرنەدەگرت. مامۆستا فڵچەکەی داناو هەزار دیناری خستە ناو دەخیلەکەی.

هەڵگورد: مامۆستا لێ گەڕێ. مامۆستا-نا، گیانەکەم زۆر سوپاس، سڵاو لە باوکت بکە، تا ڕۆژێك دێمە خزمەتی.

هەڵگورد:-بە ویستی خودا سڵاوت دەگەیەنم، زۆر سوپاس مامۆستا گیان. هەڵگورد لە بەرەبەیانەوە کاری دەکرد، تا ڕۆژئاوا دەبوو. کوڕێکی دینداربوو، کاتی نوێژەکان دەچوو بۆ مزگەوتەکەی بەرامبەر قوتابخانەکە، وەك باوکی بەنوێژی جەماعات ڕاهاتبوو. ماوەیەکی زۆر خۆی ماندوو کرد، تا ئەو پارەیە کۆ بکاتەوەو پێداویستییەکەی باوکی جێبەجێ بکات، ڕۆژێك بەرەبەرەی مەغریب بوو، خەڵك وردە وردە بۆنوێژ ڕوویان لە مزگەوت دەکرد، شەقامەکان تا دەهات چۆڵ دەبوون، دوکاندارەکان زۆربەیان دایان خستبوو، ئەویش دەستی لەکارەکەی هەڵدەگرێتو خەریکی کۆکردنەوەی کەلوپەلەکانی دەبێتو ئەو ڕۆژە زۆر دڵخۆش دەبێتو بەنیازە بەیانی بچێت عەرەبانە بەپاترییەکە، بۆ بابەگیان بکرێت، بەو پارەی بە بۆیاغچێتی کۆی کردبوویەوە. لەپڕ چەند کەسێکی دەروونەخۆش، کە دەمێك بوو چاودێرییان کردبوو، کوڕێکی ئیشکەرەو کاتی گەڕانەوەیەتیو پارەی پێیە ڕێگای پێ دەگرنو تا پارەکەی لێ بسەنن. هەڵگورد لەگەڵ ئەوەی منداڵ بوو، بەڵام بەئاسانی خۆی نەدا بە دەستیانەوە، دوای بەرگرییەکی زۆر هاوار بۆ خەڵك دەکات بەهانایەوە بێن، لەناکاو یەکێکیان چەقۆیەك لە سنگی دەداتو دەکەوێتە سەرزەوی، هەموو پارەوپووڵەکە دەبەنو ڕادەکەن. کاتێك خەڵکەکە دەگەنە سەری، سەیر دەکەن هەڵگوردە، لەو کاتەدا بانگی مەغریب دەبیستێت، ئەویش نیگایەك بۆ ئاسمان دەکاتو بەدەم ئازاری برینەکەوەو بەدەنگێکی نزم وەڵامی بانگەکە دەداتەوە، یەکە یەکە سەیری ئەو خەڵکە دەکات، کە بەسەرییەوە وەستاون. وەسیەتێك بۆ باوکە ئیفلیجەکەی جێ دەهێڵێت (باوکەگیان گەردنم ئازاد بکە، کە نەمتوانی عەرەبانەکەت بۆ بکڕم، خوای گەورە لەبەهەشت بەیەکمان شاد بکاتەوە)، دوو دڵۆپ فرمێسك لەچاوەکانی بەسەر کوڵمەکانیدا هاتە خوارەوەو گیانی سپارد. ئازاد یەکێك لەو کەسانەبوو ئاگاداری باری قورسی ژیانی بوو، کە ئەو دیمەنە تراژیدیایەی بینی بەچاوێکی پڕگریانەوە گوتی: هەڵگوردگیان پەپوولەکەی بەهەشت ژیانێکی کولەمەرگی ژیایت، بەڵام سەربەرزانە مردیت. کەچی کەسانێك هەن لەو کۆمەڵگایە، بەخۆشگوزەرانی دەژین، بەڵام سەرشۆڕانە دەمرن، لەسەر حسابی خوێنی هەڵگوردەکانی وڵات، منداڵەکانیان لە باشترین خوێندگا ئەهلییەکان دەخوێنن، کەسیش نییە لێپێچینەوەیان لەگەڵدا بکات!

خەم بۆ شتێك مەخۆ، كە هێشتا ڕووی نەداوە!

ن: رشید علالی

و: بێگەرد فارس

ئافرەتێك دەگێڕێتەوەو دەڵێت: هاوسەرگیریم لەگەڵ پیاوێكی باشـدا كردو ژیانێكی خۆشو بەختەوەرم لەگەڵیدا بەسـەر برد، لەماوەی ئەو هاوسەرگیرییەمدا، خودای گەورە سێ منداڵی جوانی پێ بەخشیم، ئێمە لە شارێكدا دەژیاین، كەسوكاری هاوسەرەكەشم لە شـارێكی تـر، ڕۆژان تێپەڕینو ژیانێكی ئاسـوودەو كامەرانم لەگەڵ هاوسەرو منداڵەكانمدا بەڕێ دەكرد، تا ئەو كاتەی هەواڵی ڕووداوێكمـان پێ گەیشـت تیایدا باوكو براكانی هاوسـەرم لەو ڕووداوەدا گیانیان سپاردو خوشكێكیشی بە شێوەیەك بریندارببوو كە بووە خاوەن پێداویستی تایبەت!

هاوسەرم سـەرەڕای خەمباریی لەدەستدانی باوكو براكانی، خەمـی دایكو خوشكەكەشـی لەسـەر شـان بوو، هەسـتی بە بەرپرسـیاری دەكـرد، بـەڵام ئـەوەی زیاتـر ئـەوی نیگەران كردبوو، ئەوە بوو ئەوان لە هەمان ئەو شـارەی ئێمە نەدەژیان، خوشـكەكەی بۆچارەسـەر لـە نەخۆشـخانەیەك دەمایەوەو بۆ چاكبوونەوەی پزیشـكەكان، مۆڵەتی ساڵێكیان بۆ دانابوو، داوای لێ كردم پاش تێپەڕبوونی ئەو ساڵە، دایكو خوشكەكەی بهێنینە لای خۆمانو چاودێریی خوشكەكەی بكەم، بەهۆی ئەوەی دایكی بەتەمـەن بـوو، نەیدەتوانی بەو كارە هەسـتێت، كاتێك ئەوەم بیسـت، بەرچاوم تەنگ بوو، ڕەتم كردەوە لەگەڵ ئێمەدا بژین؛ چونكە وا هەستم دەكرد بە هاتنی ئەوان، ئیتر هیچ ئازادییەكم نامێنێت، چۆن سـەردانی ماڵی باوك بكـەم؟ ئەوان چۆن دێنە سـەردانم؟ تایبەتمەندییەكانم چییان بەسەردێت؟ هەموو ئەم پرسـیارانە بووبوونە تەوقێكو لەگەردنـم ئاڵابوون، هەرچەند هاوسـەرەكەم باسی خوشـكو دایكی دەكردو دەیوت ئەوان پاش خـودای گـەورە، تەنها من شـك دەبەن ناچـارم بیانهێنمە لای خـۆم، من تووڕە دەبووم‌و بێزاری خۆمم لەو باسـە دەردەبڕی، هاوسـەرەكەم سـەرەڕای ئەو هەموو خەمو خەفەتەی هەیبوو، بە هەڵسـوكەوتو ڕەفتاری نابەجێی من، زیاتر خەمی دەخوارد، ژیانمـان تەواو گۆڕا، بەهـۆی ئەو بیركردنەوە نادرووسـتانەی مێشكی منیان داگیر كردبوو، لە كاتێكدا ئەوان ماوەی ساڵێكیان لەبەردەمـدا بوو، تا ئەو كاتەی بێنە لای ئێمە بژین، هەرچەند كاتی هاتنی ئەوان نزیك دەبوویەوە من زیاتر سەغڵەت دەبووم، تا ئەو كاتەی قەدەری خوای گەورە، پزیشـكەكان ساڵێكی تریان بۆ خوشكی هاوسـەرەكەم بۆ چارەسەر درێژكردەوە، هەستم بە خۆشـی نەكرد؛ چونكە وام بیردەكـردەوە ئەو ماوەیەش تەواو دەبێـتو ئەوان لـە داهاتوودا لەگەڵ مـن دەژینو بەختەوەریم بەیەكجـاری ماڵاوایی دەكات، بەڵام ئـەوەی چاوەڕواننەكراوبوو، ئـەوە بوو هەواڵی هاوسـەرەكەمیان بۆ هێنـام، كە بە ڕووداوی هاتووچۆ گیانی لەدەسـت داوە! ناچاربووم خۆمو منداڵەكانم كۆ بكەمەوەو لەگەڵ دایكی هاوسەرو خوشكەكەیدا بژیم! ئای چەند ڕۆژ خۆمو هاوسەرەكەمم لە خۆشییەكانی ژیان بێبەش كرد، لە ترسـی ئەوەی كەسوكاری لەگەڵ مندا لە ماڵێكدا دەژین، دەبێت هاوسـەرەكەم لە ناخەوە چەندە ئازاری چەشتبێتو دڵی بە وتە ئاگرینەكانی من سووتابێت، ئەمە چ قەدەرێكە؟!

ئێسـتە دەبێـت من بچم لەگـەڵ ئەوان بژیم، ئەو ڕۆشـتو بەجێی هێشـتین، لەگەڵ ئەو خوشـكەی بۆ داهاتووی پەرێشـان بووو، بەزەیی پێدا دەهاتەوە!

ئەوە ئەو ڕۆیشـتنە یەكجارییەیـە، نازانین كەیو كێ دەكاتە ئامانج، بۆیە پێویستە ژیانێك بژین، بۆ ئەمرۆمان بە بەختەوەریو ئاسـوودەییەوە، نەك بـۆ داهاتوویەك بە خـەمو خەفەتەوە كە هێشـتا نەهاتـووەو ڕووی نـەداوە، تكایـە دڵی خۆشەویسـتانت مەشـكێنەو ئاواتەكانیان بەدی بهێنە، پێـش ئەوەی بەیەكجاری بەجێـت بهێڵنو ماڵاوایی بكەن؛ چونكـە دڵنیا بن هەموو ژیانی داهاتووتان، بە خەمو حەسرەتو پەشیمانی بەڕێ دەكەن.



چ کۆڵێکت ناوەتە سەر شان؟

ئەسکەندەر ڕەحیم

جووتیارێکی دەسکورت، لە شار کاریلەیەکی کڕی، بە کاریلەکەوە بەرەو گوندەکەی خۆی گەڕایەوە، هەندێ هەرزەی شار، بیریان کردەوە.. کە ئەگەر بتوانن کاریلەکە لە جووتیارە هەژارەکە بستێنن، ئەوا دەتوانن سووکەسەیرانێکی خۆش بکەنو تامی گۆشتی نازکو تازەی کاریلە بکەن.. بەڵام چۆن دەتوانن ئەو بیرۆکەیە، بەرجەستە بکەن؟

جووتیارەکە بەخۆو کەڵەگەت بوو، لاتولووتەکان نەیاندەتوانی بە هێزی بازوو بیبەزێنن، لەبەرئەوە بڕیاریاندا بیر لە فەنو فێڵێك بکەنەوە.

ئەو کاتەی جووتیارەکە، لە شار ڕەت بوو، یەکێك لە هەرزەکان، چاکوچۆنی لەگەڵ کرد، پاشان ئەو بێکارە، سەیرێکی پێیدا هەڵڕوانیو لێی پرسی: بۆچی ئەم سەگەت لەکۆڵ گرتووە؟

جووتیارەکە پێکەنیو گوتی: شێت بوویت؟ ئەمە سەگ نییە! ئەمە کاریلەیە.

پاشان بێکارەکە گوتی: وا نییە، تۆ لە هەڵەدایت.. خۆ ئەگەر بەم سەگەوە بڕۆیتە ناو گوندەوە، خەڵکی ئاوایی وا دەزانن سەرت لێ شێواوەو شێت بوویت.

دیسان جووتیارەکە، بە قسەی ئەو هەرزەو بێکارە پێکەنیو ملی ڕێی گرتەوە بەر.. لە ڕێگادا بۆ دڵنیایی خۆی، دەستی لە کارژەلەکەو تەواو دڵنیاو ئەرخەیان بوو، ئەو ئاژەڵەی سەر شانی کاریلەیە.. لە پێچی دواتردا، لاتو بێکارەی دووەم هاتە سەر ڕێیو هەمان قسەی دۆستە هەرزەکەی دووبارە کردەوە.. جووتیارەکە پێکەنینی لێ پژاو هەڵی دایە: کاکە، ئەمە کاریلەیە، نەك سەگ.

بێکارو هەرزەکە گوتی: چ کەسێك بە تۆی گوتووە ئەمە بەچکەبزنە؟ دیارە فێڵیان لێ کردوویتو کڵاویان ناویتە سەر.. ئیدی جووتیارەکەی بەجێ هێشت.

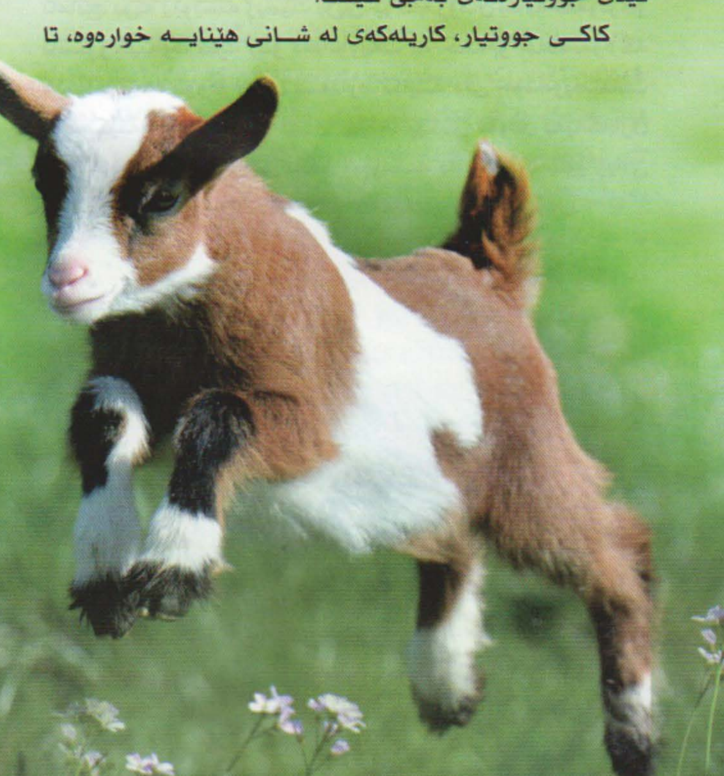
کاکی جووتیار، کاریلەکەی لە شانی هێنایە خوارەوە، تا ببینێت چ باسە؟ بەڵام هەر بەڕاستی کاریلەیەك بوو، زانی کە هەردوو ڕێبوارەکە، بە هەڵەدا چوون... هەر لەو دەمەی بەرەو گوند دەگەڕایەوە، هەرزەی سێیەمی لێ پەیدابوو، پاش چاکوچۆنی، گوتی: ئەم سەگەت لە کوێ کڕیوە؟

خاڵۆی جووتیار، ئیدی زاتی ئەوەی نەبوو بڵێ: ئەمە یەك کارژەلە، لەبەرئەوە گوتی: لە شار کڕیومە..

پاش ئەوەی جووتیارەکە، ناکەسی سێهەمی بەجێ هێشت، ترسو خۆف سەرتاپای داگرت، وای بە دڵدا هات، تووشی سەرەگێژەو خەیاڵات بووە.. کەوتە سەر ڕێ، بیری کردەوەو وای بەباش زانی، ئەو ئاژەڵە نەباتە ناو گوند؛ چونکە ڕەنگە تووشی تانەوتەشەری سەرزەنشی هەموو ئاوایی ببێت، بەڵام خۆ ئەو پارەی ئاژەڵەکەی دابوو.. هەر لەو کاتەدا کە دوودڵ بوو، ناکەسو بێکارەی چوارەم پێی گەیشتو گوتی: کە سەیرە! تا ئەم ساتەی تەمەنم، کەسێکی وام نەدیوە، سەگ بخاتە سەر شانیو وای بۆ بچێت کاریلەیەکی ناسكو نازدارە.

کاکی جووتیار ئیدی هەر بە جارێ سەری لێ شێواو نەیدەزانی، ئەو گیانلەبەرە، کارەو سەگ نییە.. لەبەرئەوە بڕیاری دا، خۆی لە بەڵاو وەیشوومەو شەڕوشۆڕی ئەو ئاژەڵە ڕزگار بکات.. بە هەر چواردەوری خۆیدا ڕوانیو بینی هیچ کەسێك دیار نییە، ئەو کارەی کە ئیدی بە سەگی تێگەشتبوو مەرەخەس کردو بەرەو ئاوایی گەڕایەوە.. بڕیاری دا چش لە پارەوپووڵەکەی بکات؛ تا نەبێتە مایەی گاڵتەجاڕیو گوندنشینان بە دێوانەو سەرگەردان بانگی نەکەن.. جا بەم فرتوفێڵە، ئەو هەرزەو ناکەسانە، بەبێ هیچ دەستەویەخەبوونو بەگژیەکداچوونێك، توانییان کاریلەکە لەبن دەستی جووتیارەکە دەربهێننو ببن بە خاوەنی!

خوێنەری بەڕێز: بەڕێزت، چ بارێك دەنێیتە سەر شانو کۆڵی خۆت؟ ئایا باوەڕت بەو باری سەرشانانە هەیە؟ چۆن بەو باوەڕە گەیشتوویت!



جەژنی قوربان لە شاکارێکی مەولەوی دا!

شاعیری گەورەی کورد: سەید عەبدولرەحیمی مەولەوی تاوەگۆزی، خاوەنی شیعرێکی زۆر ناوازەو ناسكو بەرزە، کە بە بەشێك لەشاکارەکانی شیعری کوردی دادەنرێت، کە تێیدا سەبارەت بەجەژنی قوربان بە هەستو ئیحساسێکی بێسنوورو بەرزو ناسكو جوانەوە، گوزارش لە ئەوینو خۆشەویستی خۆی دەکات بۆ یاری خۆشەویستی، بەشێوەیەك کە قبولکردنی بە کۆچی قوربانی بۆ یار بە گەورەترین ئاواتو بەرزترین خەیاڵ دەزانێت!!

مەولەوی دەڵێت:

قوربان قوربانەن جەژنەن شادیەن
دەس نەگەردەنەن، ڕۆی ئازادیەن
هەی دەس بۆس دەس بۆس وەش نیگارانەن
خەیر پابۆس پابۆس خاتردارانەن
كۆن كوشتیو باردێی گول جەمینانەن
هەی سەر، هەی ئەرواح دڵ خەمینانەن

واتە: قوربان ئەوا جەژنی قوربانەو ڕۆژی شادیو دەست لە گەردنکردنو ئازادییەو ڕۆژی ماچکردنی دەستی جوانانو ماچکردنی پێی خاترداران‌و پایە بەرزانە!

ڕۆژی فەرمانی جوانانو مەعشوقانە کە بڵێن کوا قۆچی قوربانی، تا ئامادەبن بۆ سەربڕین، لەوەلامیشدا ئەویندارانی خەمگینو بریندار دەڵێن: ئەوە ڕۆحی ئێمە وا لەبەردەستاندایە، بفەرموون بیکەنە قوربانی!

هەرکەس گیان وەکەف پەی نیگارێوەن
هەریەك قوربانی وەفا دارێوەن
سیوای سەودایی هەراسانەکەت
مەحروم جەکەفتەی پای ئاسانەکەت
نەپەی چەم سورمەی گەردی پالاتەن
نەپەی گیان قوربان بەژنی بالاتەن

واتە: هەرکەس ببینێ، ئەمڕۆ گیانی خۆی خستۆتە سەر لەپی دەستیو خۆی ئامادە کردووە تاخۆی بکاتە قوربانی جوانێکی وەفادار ، تەنها من نەبێ کە مەحرووم لەوەی بێمو لەبەر دەرگاکەتا بکەومو بگەمە خزمەتت؛ تا منیش ئامادەی قوربانی بم!خۆ من تۆزی کەوشەکانتم دەست دەکەوێ؛ تا بیکەمە سورمەی چاوەکانم و نەگیانی منیش شایانی ئەوەیە کە ببێتە قوربانی بەژن‌و بالاکەت

مەردپەی (ئۆسا دەی) بێ درێغەکەت
(بسم اللە) تەکبیر دەس بە تێغەکەت
پەی قوربانکەردەی نالە نەی ڕەنگ بەی
چێش مبۆ ئەربەی، وەی پەی من ئەرنەی!
ساتۆیچ من وەرە، وە قوربانی کە
من وەقوربانی ڕای ڕەببانی کە
ئەوسا تۆیچ پەی وێت خەیرێت کەردە بۆ
منیچ کەمتەر زووخ دەردەم وەردەبۆ

واتە: خۆمن مردم تا بە وەستای قەساب بفەرمووی: دەی خۆت ئامادە بکەو تیغ بگرە بەدەستەوەو (بسم الله)و(الله اكبر) بکە بۆ سەربڕین!

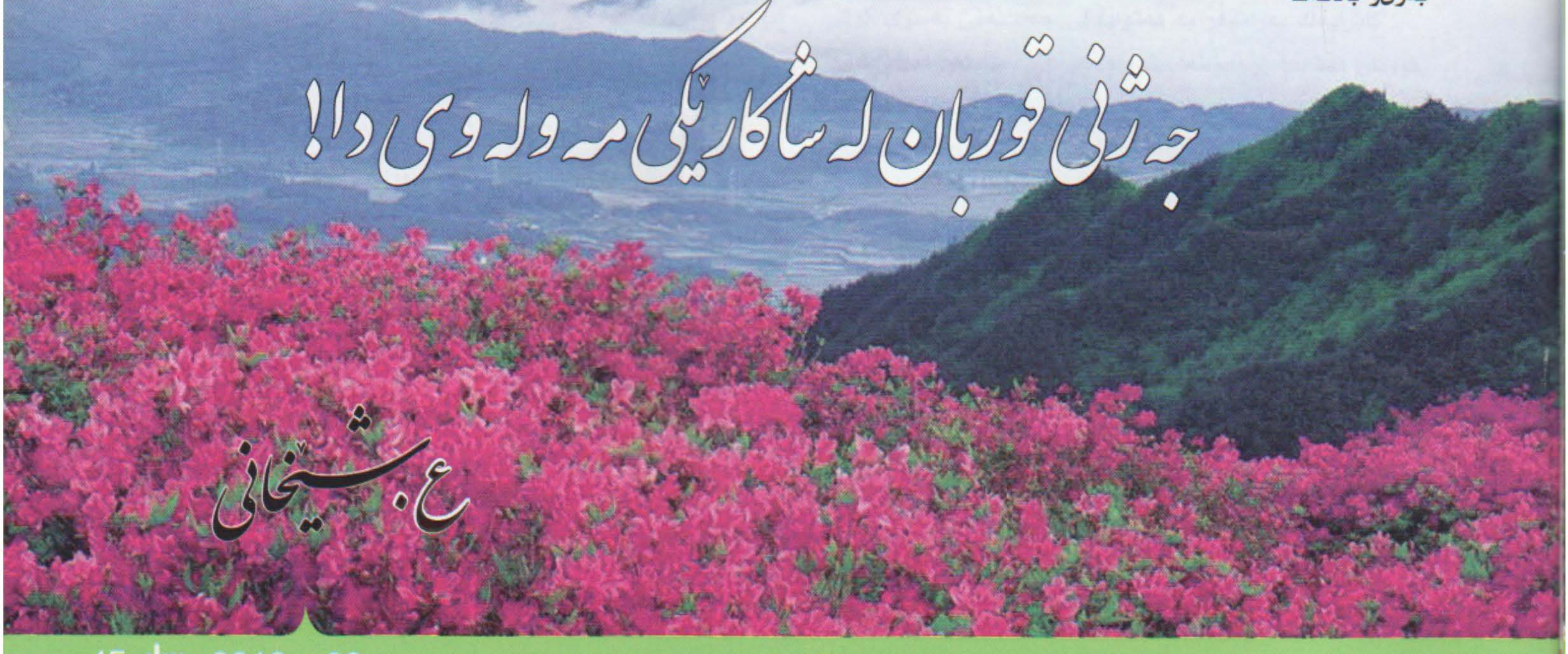
چی دەبوو ئەی یار، کە هەرچەندە منی لاوازی بەناڵە وەك نەی، منی ڕەنگ زەرد وەك بەی، شایستەی قوربانی نیم، بەڵام تۆ بەلوتفی خۆت قبوڵم کەی بە قوربانی! ئەی هاوار بۆ من، ئەگەر نەیەیتو قبوڵم نەکەی! دەتوخوا تۆش تەشریف بێنەو لەڕێی خودادا، من بکە بەقوربانی!خۆئەگەر ئەوەت کردبا خێرێکی گەورەت بۆخۆت دەکردو منیشت ڕزگار دەکرد، تا چیتر زوخاو نەچێژم!

(مەعدومی) بەدبەخت ناتەمامەنی
ڕاسەن بێ دەوڵەت خەیاڵ خامەنی
قوربانی مشیۆ جە عەیب بەری بۆ
فیدایی پەسەند ڕای دلبەری بۆ
تۆ پاشکستەی بەردی هەردەی دەرد
چەم کۆری مەینەت، تەن زایف، ڕەنگ زەرد
خەیاڵێت کەردەن جەڕووی نادانی
چ لایق وەتۆن ڕوتبەی قوربانی

مەعدومی نازناوی شیعری مەولەویە،

واتە: تۆ زۆر بەدبەختو ناتەواوو بێدەسەڵاتو خەیاڵخاویت، قوربانی دەبێت بێ عەیب بێتو لەلای دلبەر پەسەندکراوبێ بۆ قوربانی! تۆیەك کە بەبەردی شاخو هەرد، پێیەکانت شکاون‌و چاوت لەمەینەتیدا کوێر بووەو لاوازو ڕەنگ زەردو بێهێزیت، چۆن بۆ قوربانی دەست دەدەیت!

بەڕاستی بە نەزانی ئەم خەیاڵی خاوەت کردووە، ئەگینا تۆ کەی لایەقی ئەوەیت مەقامی قوربانیت پێ بدرێت!!



ع. شێخانی

نامەنوورییەکان

ع.ش.شێرکۆ

نامەی پەنجاوشەش



کاتێك تەماشـــای ژیانی زانایانی پێشــین دەکەین، سەرسام دەبیــن بەئاکاری بــەرزو هیممەتــی بڵندو دنیانەویســتیو بۆ خوداسوڵحانو ڕووکردنە ئاخیرەتو پشتکردن لە دنیا!

ئــەو کات دەزانین کە بە مانای وشــە واریســی نبــوەتو جێگری پێغەمبەر بوون (دروودی خودای لێ بێت)، جگە لە ڕازیکردنی خوداو دەسکەوتنی لێبوردنی خودایی، هیچ خەمو پەژارەیەکیان نەبووە!

هەرگیز ڕێگایان نەداوە، خۆشەویستی دونیاو مەتاعی فانیی ئەم دنیایە، بێتە بەر دەرگای دڵیان، نەك بتوانێ ڕەنگ دابکوتێ!

ئەبو ســلێمانی دارانی دەڵێت: ئەگــەر ئاخیرەت لەنێو دڵدا بێــت، دونیــا دێتو موزاحیمــی دەبێت، وەلێ ئەگــەر دونیا لە نێو دڵدا بێت، ئــەوا ئاخیرەت موزاحیمی دونیا نابێت؛ چونکە ئاخیرەت بەرێزەو دونیا بێ ڕێز!

ئەو زانا بەرێزانە، هەرگیز دینیان نەکردبووە پەیژەیەك بۆ دونیا، دونیایان بەدینیان سەودا نەدەکرد!

فوزەیلی کوڕی عەیاز دەڵێت: ئەگەر بە دەهۆڵو زوڕنا، داوای دونیا بکەم، پێم خۆشترە لەوەی بەخواپەرستییەکەم داوای بکەم!

ئیمامــی شــافیعیش دەڵێــت: هیــچ عەیبێك بــۆ زانا لەوە گەورەتر نییە، کە داوای زوهدو دنیانەویستی لە خەڵکی بکاتو خۆشی باوەشی پێدا بکات!

چونکــە خۆشەویســتی دونیــا، دڵــی خواناســانو زانایــان دەمرێنێو بەرەکەتی زانستەکەیان ناهێڵێ.

پرســیار لە مالیکی کوڕی دینار کرا: سزای ئەو زانایە چییە کە دونیای خۆش دەوێت؟! لە وەڵامدا گوتی : دڵی دەمرێت!

کەسێکیش دڵی مردبێت، ئیدی ترووسکەی نووری بەسیرەت لە نێو دڵیدا نامێنێت.

ئــەوان دەیانزانی دانیشــتن لەســەر مینبەری شــەریعەتو پێشەوایەتی لە میحرابی نبوەتدا، کارێکی وەها ئاسان نییە!!

دەیانزانی زانســت بەتەنێ، مێزەری زلو بروانامەی گەورەو ناوو نازناو نییە!

کابرایەك بەرامبەر بە فەتوایەکی حەســەنی بەسری گوتی: قوربان فوقەها پێچەوانەی ئەم قسەیەی جەنابتان دەفەرموون!

لە وەڵامدا حەسەن پێی گوت، داماو، بۆ تۆ تا ئێستا فەقیهت بینیــوە؟! واتــە گەیشــتووی بەخزمەتــی یەکێك، کە شــایانی ئەوەبێت پێی بگوترێت فەقیه!؟

چونکە حەســەنی بەسری، هەرخۆی تاریفی فەقیه دەکاتو دەڵێــت: (فەقیهــ ئەو کەســەیە، زاهیــدە لە دونیا، پەرۆشــە بــۆ ئاخیرەت، بەســیرە بــە دین، خوداویســتو خواپەرســتە، دوورەپەرێــزە لە حــەرام، زمانی پاکە بەرامبەر موســوڵمانانو چاوی لە ماڵیان نییەو ئامۆژگاریی خێرییان دەکات).

ئیبراهیمــی حەربی لەلایەن خەلیفەوە دەهەزار درهەمی بۆ دێت، تا نەك بۆ خۆی، بەڵکو بەســەر دراوســێکانیدا دابەشــی بکات، ئەویش بەنێردراوی خەلیفەی گوت: ســەلامەت بی، ئەمە پارەیەکــە ئێمە خۆمان بــە کۆکردنەوەیەوە خەریك نەکردووە، ئێســتاش خۆمان بەدابەشکردنییەوە خەریك ناکەین! پێی بڵێ: ئەگەر وازمان لێ ناهێنێت، لێرە بار دەکەینو دەگوازینەوە!

هەربۆیــە دەســەڵاتدارو دەوڵەمەنــدان، لــە مەجلیســیاندا بەزەلیلی ڕادەوەستان!

زانایەکــی وەکو ئەعمەش کە خاوەنــی یەك درهەم نەبووە، دەگێڕنەوە کە دەسەڵاتدارو سوڵتانو بازرگانەکان، هەرگیز هێندە زەلیلو داماو نەبوون، کە لە مەجلیسی ئەعمەشدا دادەنیشتن!

ئــەوان هەرگیــز بەرامبەر بە ئەهلی دونیــا، خۆیان بەکەم نەدەزانــی؛ چونکە وەکــو ئیمامی ئەحمەد دەیگــوت: جیاوازی نێوانمــان تەنهــا (إنما هو طعام دون طعــام، ولباس دون لباس، وإنها أيام قلائل).

واتــە: تەنها ئەوەندەیە نێوانمان جلوبەرگمان لە خوار جلو بەرگــی ئەوانەو خواردنمان لە خــوار خواردنی ئەوان، هەمووی چەند ڕۆژێکی کەمەو جێی دێڵین!

دڵانێــك کــە بەنــووری محەببەتــی ئیلاهــیو عەزەمەتو جەلالی خودایی، ئاوەدان بێت، ئیدی چۆن ئاوڕ بۆ لای کەسانێك دەداتەوە، کە جگە لە مەتاعی پووچی دونیا، هیچی دییان نییە، وێڕای ئەوەش بەیانیو ئێوارە لە غەزەبی خودادا دێنو دەچن.

ســوفیانی ســەوری دەڵێــت: ئەگــەر زانات بینــی، پەنا بۆ دەســەڵاتدار دەبات ئەوە دزە، ئەگەریش پەنای بۆ دەوڵەمەندان برد ئەوە ڕیابازە!

ئەو زانا بەرێزانەی شــەوانیان بە زیکرو موناجات لەگەڵ خودادا، بەفوڕگی پڕگریانو چاوی پڕئەسرینەوە بەسەر دەبرد، بە ڕۆژیش کاری ســەرەکییان فەرمان بەچاکەو نەهی لەخراپە بوو، ڕوونکردنەوەو بەیانی حەقو ڕاســتیو دینی یەکتاپەرستی بوو!

ئــەوان حوججەتــی ئیلاهــیو بەڵگــەی نبــوەت بــوون، ڕێنیشاندەری سیراتی موستەقیمو شارێگای ڕزگاریو سەرفرازی بوون!چرای زەمەنی فیتنەو نەجاتی سەردەمی هەلاکەت بوون.

گــەر ئــەو زانایەنــە نەبــن، جارێکــی دی تارمایی ڕەشــی جاهیلییەت هەموو جیهان دادەپۆشێت!

ئــەوان چرای نوورو ئەســتێرەی هیدایەتــن، درێژەپێدەری ڕێگای پێغەمبەرانن!

لەم زەمانی فیتنەو دورکەوتنەوە لە نووری نبوەتو ڕێبازی ســوننەتو جەهل بەشــەریعەتەدا، زۆر گرنگە دەست بگرین بە زانستی زانایانی ڕاستگۆو دڵسۆزو خواناسو لە خواترس!

ئــەوان ئەمینداری نێــوان ئێمــەو خــودان، ڕوونکەرەوەی حەڵاڵو حەرامو چاکەو خراپەو باوەڕو بێ باوەڕین.

دەبا سەرچاوەو مەرجەعی هەموو کاروباری ژیانمان بن!

لەگەڵ فاتیحی شاعیردا



ماموستا مەلا عەبدولڕەحمانی ئاشوفتە، ناسراو بە «فاتیحی» شاعیری بەهەستو بەتوانا لە ساڵی ١٣١٤ یان ١٣١٣ی هەتاوی لە گوندی «یاراڵی» ناوچەی گەورکی مەهاباد لەدایک بووە. لە منداڵییەوە خوێندنی زانستە دینییەکان دەست پێ دەکات. لە تەمەنی دوازدە ساڵییەوە، لە گوندی سۆغالوێی پیرانشار لە لای ماموستا ئەحمەدی سەلیمی ناسراو بە (مەلا دۆنەخۆر) وانەی خوێندووەو دوایەش لە خزمەت مەلا عەبدووڵڵای سولێمانی قورئانی خەتم کردووە. بۆ خوێندن چووەتە زۆربەی ناوچەکانی کوردستانی ئێرانو عێراق . لە ساڵی ١٣٣٩ی هەتاوی لە خزمەت ماموستا نەجمەدین کەوکەبی، لە گوندی ئاڵوەتانی سەردەشت، ئیجازەنامەی مەلایەتی وەرگرتووە.

لە ساڵی ١٣٤٦ یان ١٣٤٧دا ماموستا لە لایەن ڕژێمی شاوە گیراو ئازارو ئەشکەنجەیەکی زۆر کرا، دوای ئازادبوون پەڕیوەی کوردستانی ئەو دیو بوو. لەگەڵ سەرکەوتنی شۆڕشی گەلانی ئێران بە سەر ڕژێمی پاشایەتیدا، گەڕاوەتەوە بۆ پیرانشارو لە ساڵی ١٣٧٠ ی هەتاوی لە گوندی گرداشەوانی پیرانشار بووە بە مەلاو لە ڕۆژی یەکشەممە ڕێکەوتی ١٣٨٢/٨/١٩ ژیانی کۆتایی پێهاتو لە گۆڕستانی گرداشەوان بە خاك ئەسپێردرا.

پێنج خشتەکی لەسەر هەڵبەستێکی "قانع"

فلوس

ئەی فلوس! تۆ بۆ هەزاران گەرمی، چەشنی ئاگری
بۆ هەتیوو بێنەوایان، کۆشكو خێمەو چادری
ڕۆژی تەنگانەو شەڕوشۆڕ، تۆ لە مەیدان حازری
(ئەی فلوس وەڵڵا لە دایكو بابو باپیر چاتری
تۆ لە دووسەد خزموخوێشو شێخو دەستگر چاتری)
حازری فەرمانی تۆن؛ میرو گەداو شێخ، بێ پەڵە
هەر لەسەر تۆیە لە دنیا، بەزمو هەڵڵاو گێچەڵە
کاری کوردانیش لەبەر تۆ، ناتەواوەو پووچەڵە
(هەی بەقوربانی زڕەت بم، ڕۆژی سەوداو مامەڵە
تۆ لە تیرو خەنجەرو بڕنۆ، گەلێ ئازاتری)
سەیری دەعییەو پۆزو هاشەی، ئەم بزەی پووره گوڵێم
وا لە داخانی دەسووتێم، عەینی پۆلووی سەر کڵێم
دوور لە قەومو دۆستو یارم، بولبولی پۆپەی چڵێم
(وا بزانم بێئەدەب نابم، ئەگەر ئەمڕۆ بڵێم
تۆ لە لوقمانو ئەرەستوو، عالیمو زاناتری)
پیاوی زانا، ئەم زەمانە، برسییەو قەت نابێ تێر
چونکە هەر نادانە، خاوەنپارەیەو بێخێروبێر
فەیلەسووف دوورەپەرێزە، گەلفرۆش بۆ پارە کوێر
(من بە چاوی خۆم دەبینم، کەمتیارت کردە شێر
بەینی بەینەڵڵا لە خواجەو فەیلەسووف وریاتری)
ئەو کەسەی دوێنێ، کە دەتدی لینگدڕاوو قووندڕاو
ئەوڕۆ دەیبینی بە کەشخەو قۆندەرەو بەرگو کڵاو
هەر لەبەر تۆ بوونە جاشو نۆکەری ئابڕووتکاو
(چەن زەبەڵاحو قورمساغو تەڕاحت کردە پیاو
جا کەوابوو: تۆ لە خوێندن، چاترو باڵاتری)
خاوەنی دینارو فلسە، قاتیلی پیاوی هەژار
باخەڵی هەر کەس، لە تۆ خاڵی بێ، شێتەو بێقەرار
هەرچی تۆ کردووتە بۆ کەس نایەتە حەددو ژمار
(کلکی کەر بەرز کەیتەوە، ئەیکەی بە پێشەنگی قەتار
ئافەرین بۆ تۆ فلس، بێشك لە من داناتری)

شەنگەبێری

چاوەکەم، ئەی شەنگەبێری (مۆزەڕێن) نازەنین، باڵاسنەوبەر، چاوشەهێن هەڵگرە شیرمەشكو ستڵە، زووکە زوو شوانە دڵسووتاوەکانت، چاوەڕێن هەستە بۆ نێو مەڕ، وەرە با دەردی دڵ چیدی لێکی ون نەکەین، پێکی بڵێین بەردەبێر، جێگەی مرادی ئێمەیەو شاهیدن ئەو بێ، لەسەر وەعدو بەڵێن دەست لەنێو دەستم بنێ؛ با پێکەوە لەوچیایە، مەڕ بەرینە سەر شەوێن